अथ शुद्धाऽशुद्धिपत्रम् ॥

अशुद्धम्	शुद्धम्	पृष्ठम्	पङ्क्तिः
ऋतुनक्षणचर्योक्ता	ऋतुलक्षणचर्योक्ता	८	१६
किंचिद्	किञ्चिद्	९	२६
हिंगु	हिङ्गु	१०	२२
कुंकुमं	कुङ्कुमं	११	७
हिंग्वार्द्रमरिचं	हिङ्ग्वार्द्रमरिचं	११	१३
हिंगूदकं	हिङ्गूदकं	१२	१५
कंचित्	कञ्चित्	२०	७
तन्तु पक्ष्मणाम्	तन्तुपक्ष्मणाम्	२१	१८
स्वेदवेपथुमान् स्तब्धो	स्वेदवेपथुमाँस्तब्धो	२२	२२
असंभ्रातं	असम्भ्रातं	२४	१७
वैद्यवशेऽस्थिताः	वैद्यवशे स्थिताः	३३	१९
चैवंविधाः	चैवं विधाः	३३	[illegible]
कर्पासकं	कार्पासकं	३६	५
पिबेत्	पिवेत्	४०	६
पिबेत्	पिवेत्	४०	१०
पिबेत्	पिवेत्	४१	१७
पिबेद्दुग्धं	पिवेद्दुग्धं	४२	१४
यथाचाग्निबलं	यथा चाग्निबलं	५२	१४
निःस्नेहता	निः स्नेहतां	५४	६
चे [illegible] दमः	चेतसां दमः	५६	१
क्षोणीभृता	क्षोणीभृतां	५९	२
परि वेषप्रकल्पनम्	परिवेषप्रकल्पनम्	६१	५
कण्डिता	कण्डितां	६३	१५
लघुग्राही	लघु ग्राही	६३	२६
तृष्योनिलापहः	तृष्यो निलापहः	६४	६
पूर्वोक्तयादिकं	पठेदित्यादिकं	६५	२५
पपटा	पर्पटा	६६	१५

अशुद्धम्	शुद्धम्	पृष्ठम्	पङ्क्तिः
कफकृत्सासदास्मृता	कफकृत्सा सदा स्मृता	६८	१४
थूला	स्थूला	७१	१३
मासं	मांसं	७२	२१
शक्रे	शुक्रे	७४	२०
वह्निजसैन्धवाभ्या	वह्निजसैन्धवाभ्यां	७५	२२
सुधूलेनावधूलितम्	सूधूलेनावधूलितम्	७७	१२
पाठीसुशीतमधुरा	पाठी सुशीतमधुरा	७८	१०
कपाया	कषाया	८०	२०
तप्ततोये	तप्ततोये	८०	२७
बहुतेन	बहु तेन	८१	१७
प्रलेहोयः	प्रलेहो यः	८४	८
लवणंहिङ्गुनिःक्षिप्य	लवणं हिङ्गु निक्षिप्य	८४	१८
पीतवर्णोऽपि	पीतवर्णोऽपि	८४	२६
अग्निनापचेत्	अग्निना पचेत्	८६	११
मृदुपथ्यतमं	मृदु पथ्यतमं	८७	२५
मांसभवोरसः	मांसभवो रसः	८६	८
कृत्वातु	कृत्वा तु	६०	७
लघुदीपनम्	लघु दीपनम्	६०	६
अथवास्वेदितं	अथवा स्वेदितं	६३	६
लघुरुच्यम्	लघु रुच्यम्	६३	२५
पाशुलः	पांशुलः	६५	२३
लघुश्लेष्मश्रमापहः	लघु श्लेष्मश्रमापहः	६५	२५
हृदामयहरोहिमः	हृदामयहरो हिमः	६५	२६
प्रलेहोमत्स्यसम्भवः	प्रलेहो मत्स्यसम्भवः	६६	२४
अन्यद्धिपूर्ववत्	अन्यद्धि पूर्ववत्	६६	२५
मृदालिप्तं	मृदा लिप्तं	१०१	११
पूर्वजन्मवै	पूर्वजन्मनि	१०२	१३
मासाशी	मांसाशी	१०३	१३
मञ्जूरीमुण्डरहिता	मञ्जूरी मुण्डराहिता	१०३	२१

अशुद्धम्	शुद्धम्	पृष्ठम्	पङ्क्तिः
गण्डीवातहरा	गण्डी वातहरा	१०४	८
कफकरासरा	कफकरा सरा	१०४	९
धूलनेनतु	धूलनेन तु	१०४	१७
मत्स्यपिष्ठीनियोजिता	मत्स्यपिष्ठी नियोजिता	१०४	२२
कूपजामत्स्याः	कूपजा मत्स्याः	१०५	२०
ओदनादिहि	ओदनादि हि	१०५	२५
हिङ्गु	हिङ्गुं	१०८	३
निशा संपर्कितं	निशासंपर्कितं	१०९	५
हिङ्ग्वालसद्	हिङ्ग्वा लसद्	१०९	६
रुचिन्धत्ते	रुचिं धत्ते	११२	४
हिंगुजगणेन	हिङ्गुजकणेन	११४	१
शृङ्गवे रै	शृङ्गवेरै	११८	१९
कफमदः	कफमेदः	१२१	२५
वृन्ताकरित्या	वृन्ताकरीत्या	१२३	२४
सहिंगुकाज्येहि	सहिङ्गुकाज्ये हि	१२७	१७
घृतेऽथपत्रं	घृतेऽथ पत्रं	१२८	७
चलयति चरसज्ञां	चलयति च रसज्ञां	१२९	१६
मेलकेच	मेलके च	१३०	३
शतपुष्या	शतपुष्पा	१३३	२०
भूयोऽपिभूयः	भूयोऽपि भूयः	१३४	११
कटुतिक्ता	कटुतिक्ता	१३५	३
ससैन्धवंराजिकयासुदध्ना त्रिमर्द्यसर्वंक्वथितेऽथपाच्यम्	ससैन्धवं राजिकया सुदध्ना त्रिमर्द्य सर्वं क्वथिते ऽथ पाच्यम्	१३५	२०
नोवास्वेद्यमिदं	नो वा स्वेद्यमिदं	१३६	४
तैलेऽथवाधारितं	तैलेऽथवा धारितं	१३६	४
पिच्छिलकाहिसा	पिच्छिलका हि सा	१३७	२०
हिंगु	हिङ्गु	१३८	१०
पालिक्यावातला	पालिक्या वातला	१३८	१४

अशुद्धम्	शुद्धम्	पृष्ठम्	पंक्तिः
तिक्तंच	तिक्तं च	१३६	१
लघुपाचकम्	लघु पाचकम्	१३६	१
मुष्टिभिरेवपिष्टम्	मुष्टिभिरेव पिष्टम्	१४०	
हृष्यतरोहि	हृष्यतरो हि	१४१	४
मृदुशीतलम्	मृदु शीतलम्	१४३	७
तैलपक्वमुदकेथ	तैलपक्वमुदके ऽथ	१४३	१३
केश्यामोहभ्रमापहा	केश्या मोहभ्रमापहा	१४४	१६
इरणीपुष्यम्	इरणीपुष्पम्	१४५	१४
जनित वासवासिता	जनितवासवासिता	१४५	१८
तैलेऽति रुच्या	तैलेऽतिरुच्या	१४७	६
वाग्धारि तं	वाग्धारितं	१४७	२६
शीतोलघुर्ग्राही	शीतो लघुर्ग्राही	१४८	४
इत्यादिपल्लवाधिकारः	इतिपल्लवाधिकारः	१४८	६
कदली दण्डः	कदलीदण्डः	१४८	१०
नाथपूर्णः	नाथ पूर्णः	१४८	१३
सृगुदरंज येत्	सृगुदरं जयेत्	१४८	१६
रोचनीहृद्या	रोचनी हृद्या	१४६	८
चास्त्रिघ्नाकंठकर्तरी	चास्त्रिघ्ना कण्ठकर्तरी	१४६	८
तक्रेणपिण्डितः	तक्रेण पिण्डितः	१४६	१३
कंदली	कन्दली	१४६	१८
मंडसहिता	मण्डसहिता	१४६	१६
तंडुलोदके	तण्डुलोदके	१४६	१६
कंदः	कन्दः	१५०	१७
नितान्त	नितान्तः	१५०	१७
मरीचि संपर्कित	मरीचिसंपर्कित	१५०	२०
एवरुच्यः	एव रुच्यः	१५०	२०
दाह हारीच	दाहहारी च	१५०	२५
जलेनवा	जलेन वा	१५१	४
अथवाक्वाथ्य	अथवा क्वाथ्य	१५१	५

अशुद्धम्	शुद्धम्	पृष्ठम्	पङ्क्तिः
जीरक	तेषु	१५४	१४
एकैकं	हिङ्गु	१६२	१४
एवमृतायं	विङ्गुतायं	१६२	२३
फलकुम्भ जननो	विष्टम्भजननो	१६३	४
युतस्यतु	युतस्य तु	१६६	८
सेवघृतेपक्त्वा	सेवान् घृते पक्त्वा	१६६	९
सर्पिषामिश्रा	सर्पिषा मिश्रा	१६६	१६
सन्तु लड्डुकाः	तन्तुलड्डुकाः	१७०	२४
कफशुक्र मदः	कफशुक्रमदः	१७१	४
मोदक हेतुताम्	मोदकहेतुताम्	१७१	१८
वर्धनम्	वेष्टनम्	१७२	१६
गुण	गुणा	१७३	१३
चूर्णितया वा	चूर्णितं कृत्वा	१७३	२८
संवन्धं	सम्बन्धं	१७४	२
प्रागवत्	पूर्ववत्	१७४	३
सेव्यश्चमकीलयुतैर्नरैः	सेव्यं चर्मकीलयुतैर्नरैः	१७४	१८
विधम्	विधिम्	१७५	१०
घृतसंपक्का	घृतसंपक्का	१७७	१०
हेतवः	हेतवे	१७७	११
सप्तधा त्रीन्	सप्तधात्रीन्	१७७	१७
किंचित्	किञ्चित्	१७७	२४
सम्भवन्त्यन्यतोऽपिच	सम्भवन्त्यन्यतोऽपि च	१७८	३
कथिलमातितरां	कथितमतितरं	१७९	१४
छाय	च्छाय	१७९	१५
गुरवः	गुरवः	१७९	२४
पित्तहाहिमा	पित्तहा हिमा	१८१	१६
बुधः	बुधैः	१८२	१२
कफमेदःकरा	कफमेदकरा	१८४	२६
गोधूमानांसुगालितम्	गोधूमानां सुगालितम्	१८५	४

अशुद्धम्	शुद्धम्	पृष्ठम्	पङ्क्तिः
किंचित्	किञ्चित्	१८७	११
पचेद्घृतोत्तमेतसैन्य-	पचेद्धृतोत्तमे तसै न्य-	१८७	१६
सेत्पक्केनवेघटे	सेत्पक्के नवे घटे		
पक्को	पक्का	१८८	४
किंचित्	किञ्चित्	१८६	२६
पूरिका	पूरिकां	१९०	६
पक्का	पक्का	१९०	६
स्थापयेद्राजनीमितम्	स्थापयेद्रजनीमितम्	१९३	८
विनिः क्षिप्य	विनिःक्षिप्य	१९४	१८
माषशृंङ्गाटक	माषशृङ्गाटक	१९५	१
हिसः	हि सः	२००	६
छिनत्तिहि	छिनत्ति हि	२००	२०
पुष्पपल्लवचूतजौ	पुष्पपल्लवचूतजौ	२००	२५
कुंजर	कुञ्जर	२०१	१७
अथामलक फलम्	अथामलकफलम्	२०२	७
कुंकुमं	कुङ्कुमं	२०३	१०
विनिः क्षिप्य	विनिःक्षिप्य	२०४	८
एकाशशाङ्कधवलं	राकाशशाङ्कधवलं	२०५	१६
बलमेदः करें	बलमेदकरं	२०६	९
दधिसेवन निषेधः	दधिसेवननिषेधः	२०६	१९
सेवेन	सेवेत	२०६	२०
मर्शो ऽतीसार	मर्शोऽतीसार	२०८	१३
मोचाफल रसालम्	मोचाफलरसालम्	२१२	२०
त्रिगुणा	त्रिगुणं	२१६	२
हृद्यमम्लंतरं	हृद्यमम्लतरं	२१७	९
माकंठंच	माकण्ठंच	२१७	१०
सुपक्क नारंगफलं	सुपक्कनारङ्गफलं	२१७	१४
शर्करयाति शुभ्रया	शर्करयातिशुभ्रया	२१७	१५
नरंगफलं सम्भूतं	नारङ्गफल सम्भूतं	२१७	२२

अशुद्धम्	शुद्धम्	पृष्ठम्	पङ्क्तिः
रकाचुक्र द्राक्षादाडिमजं	जीरकाचुक्रद्राक्षादाडिमजं	२१६	११
कैकंसम्भवंभिन्नं	एकैकं सम्भवं भिन्नं	२१६	१२
मम्लस्यपुष्पस्य	एवमम्लस्य पुष्पस्य	२१६	१३
लस्याम्लस्यवातथा	फलस्याम्लस्य वा तथा	२१६	१३
एवंहिपानकंकार्यं	एवं हि पानकं कार्यं	२१६	१५
गुणाद्रव्यानुसारेण	गुणा द्रव्यानुसारेण	२१६	१६
ज्ञातव्याःपानकेषुच	ज्ञातव्याः पानकेषु च	२१६	१६
धृतंसैन्धवहिंगुयुतं	हतसैन्धवहिङ्गुयुतं	२२०	१
पिवतक्रमहोन्नृपरोगहरम्	पिव तक्रमहान्नृपरोगहरम्	२२०	२
दग्धहिंगुरजोन्वितम्	दग्धहिङ्गुरजोन्वितम्	२२०	७
हिंगुना	हिङ्गुना	२२०	१७
वारिहारि	वारिहारि	२२१	१७
वीतिहोत्रम्	वीतिहोत्रं	२२२	३
पिवतियोजितसैन्धवञ्च	पिवति योजितसैन्धवं च	२२२	८
जीरकञ्च	जीरकं च	२२२	९
कांजिकं	काञ्जिकं	२२२	१६
घुसूणकैः	घनकणैः	२२३	५
मातुलुंग	मातुलुङ्ग	२२५	११
शोषितञ्च	शोपितं च	२२५	१२
मुखवैशद्य कारकं	मुखवैशद्यकारकं	२२५	१८
मन्नन्तु	मन्नं तु	२२५	२३
दत्त मत्तय्य	दत्तमत्तय्य	२२५	२४
करण मास्यो	करणमास्यो	२२६	१७
प्रभति	प्रभृति	२२७	२
नुचैः	मुचैः	२२७	३
जालाम्	जालां	२२७	४
आहारपरिणामार्थ मायु,	आहारपरिणामार्थमायु।	२२७	१२
कुम्भकर्णञ्च	कुम्भकर्णं च	२२७	१५
शनिञ्च	शनिं च	२२७	१५

अशुद्धम्	शुद्धम्	पृष्ठम्	पङ्क्तिः
साग्रमूलाग्रहीनम्	साग्रमूलाग्रहीनं	२२८	६
पूर्व	पूर्वं	२२८	१२
इत्यादि कारणौ	इत्यादिकारणौ	२२९	१
कांजिकम्	काञ्जिकं	२२९	५
क्षेमभिषवरस्य	क्षेमभिषग्वरस्य	२२९	२१
लक्ष्मण संज्ञक·	लक्ष्मणसंज्ञकः	२२९	२२
परिहरत	परिहरतु	२३०	१९
परि शोधनीयम्	परिशोधनीयं	२३१	७

इति ।

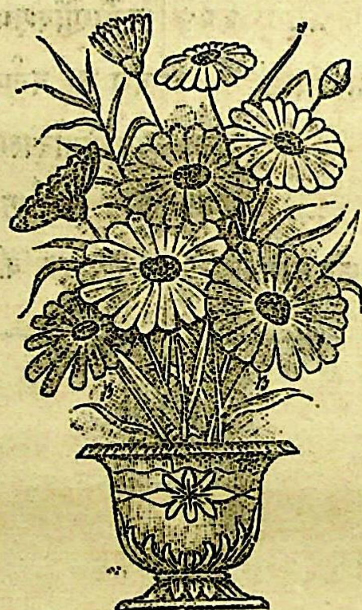
अथ पाकशास्त्र का सूचीपत्र।

———

ग्यारहवां उत्सव

इति ॥

५





क्षेमकुतूहलनामक ॥

पाकशास्त्र ॥

प्रथमोत्सव ॥

श्रियं ददातु गौरीशः कैलासाचलसंस्थितः ।
स्वाङ्कस्थं गणनाथं स पश्यन्सुस्नेहदृष्टिना ॥ १ ॥

श्रीनरवैद्यमन्मथके पुत्र क्षेमशर्मा क्षेमकुतूहलनामक पाकशास्त्र की निर्विघ्न समाप्ति के लिये विघ्ननाशक श्रीगणेश भगवान् का आशीर्वादरूप मङ्गल करते हैं—

कपोलतलनिर्गतप्रमदवारिधारालसद्
भ्रमद्भ्रमरकाकलीकलितमञ्जुकोलाहलः ।
गिरीशतनयो गुरुः सकलसिद्धिवारां निधि
र्भिनत्तु दुरितानि नः सततमोदकादः सदा ॥ १ ॥

कपोलों के नीचे से निकलीहुई उत्तममद की जलधाराओं से शोभायमान, अतएव भ्रमणकरतेहुये भ्रमरों के मन्दस्वरों से परिपूर्ण, सम्पूर्ण सिद्धियों के समुद्र, सर्वदा लड्डुओं के खानेवाले ऐसे शङ्कर के पुत्र गुरु गणेश मेरे दुष्कृतों को सदा काटैं अर्थात् नाशकरैं ॥ १ ॥

अब शास्त्रकार अपने इष्टदेव श्री वासुदेव भगवान् को प्रणाम करते हैं—

हृदयभुजविशालः कण्ठमन्दारमालः

समरभुविकरालो रोचिषा शोभिभालः ।
दनुजनिचयकालः सर्वलोकैकपालः
स जयति मतिशालः छद्मगोपालबालः ॥ २ ॥

जिनके हृदय और भुज बड़े हैं कण्ठ में मन्दार की माला है, रण भूमि में भयङ्कर कान्ति से शोभित ललाट राक्षसों के समूहोंके काल, सम्पूर्ण लोकों के एक रक्षक, कपट से गोपालबाल (नंदनामक गोपके पुत्र) ऐसे विशाल बुद्धिवाले वे सुप्रसिद्ध वासुदेव भगवान् सबके ऊपर हैं। इस प्रकार इष्टदेवता के संकीर्तन से धर्म की प्राप्ति और अधर्म की निवृत्ति होती है, अधर्म की निवृत्ति से विघ्नध्वंस औ विघ्नध्वंस होने से शास्त्रकी समाप्ति होतीहै, इसकारण श्री नरवैद्यमन्मथ के पुत्र क्षेमशर्मा ने शास्त्र के आरम्भमें इष्टदेवता का स्मरण रूप यह दूसरा मङ्गलाचरण किया है ॥ २ ॥

अथ वंशवर्णनम् ॥

भरद्वाजकुलाम्भोधौ वलक्षः पक्षयोर्द्वयोः ।
द्विजराज इति ख्यातो (जातो) निष्कलङ्कः सदाक्षयः ॥ ३ ॥

इस श्लोक के आरम्भ से २० वें श्लोकपर्यन्त शास्त्रकार अपने वंशका वर्णन करते हैं-भारद्वाज ऋषि के कुलरूपी समुद्र में दोनों पक्षों में उज्ज्वल याने श्वेत कलंकरहित और सदा अक्षय ऐसा द्विजराज उत्पन्नभया। अर्थात् भरद्वाज के कुल में द्विजराज चन्द्रके समान हुआ। वास्तव चन्द्रमा की उत्पत्ति समुद्र से है और इन द्विजराज की उत्पत्ति भारद्वाज के कुलरूपी समुद्र से है। यह भरद्वाज ऋषि के कुलचन्द्र वास्तव चन्द्रमा से उत्कृष्ट हैं क्योंकि वास्तव चन्द्रमा शुक्लपक्ष में उज्ज्वल और कृष्णपक्ष में मलिन रहताहै औ यह द्विजराज दोनों पक्षों में याने पिता माता के दोनों कुलों में उज्ज्वल हैं अर्थात् इनके माता पिता के कुल में किसी प्रकार का दोष नहीं है, और वास्तव द्विजराज में कलंक है यह निष्कलङ्क हैं। वास्तव चन्द्रका कृष्णपक्ष के प्रतिपदा से क्षयका आरम्भ होकर अन्त में अमावास्याको पूर्णक्षय होजाताहै

१ इति ख्यातो, ऐसा भी पाठ है। 'इति जातो, ऐसे पाठसे यहां छन्दोभंग होताहै, इसलिये 'इति ख्यातो, यह पाठ शुद्ध है। परन्तु यहां 'ख्यातो, इस पाठकी अपेक्षा 'जातो इस पाठ यहां अर्थ ठीकलगता है ॥

अर्थात् उस दिन चन्द्र बिलकुल नहीं दीखता। परन्तु यह द्विजराज सदा अक्षय हैं अर्थात् यह द्विजराज वास्तव चन्द्र के सम्पूर्ण दोषों से रहित और प्रकाशादिगुणों से युक्त हैं ॥ ३ ॥

सन्नाहरूढान्वयभूषणोऽभूत्
स लक्ष्मणो लक्षणपूर्णगात्रः।
भिषग्वरो राक्षसराजधान्यां
विभीषणं यो व्यगदं व्यधत्त ॥ ४ ॥

रोगियों की चिकित्साकरने की तैयारीमें तत्पर, ऐसे वंशका भूषण, उत्तम पुरुषों के लक्षण जोकि सामुद्रिकशास्त्र में कहे हैं। उनसे पूर्ण शरीर, वैद्यों में श्रेष्ठ, ऐसा सुप्रसिद्ध लक्ष्मण उत्पन्नभया, जिस लक्ष्मण वैद्यने (राक्षसों की राजधानी) लंका में विभीषण को नीरोग किया ॥ ४ ॥

तदन्वये धर्मधरः
समजनि भिषजां शिरोरत्नम्।
येनाघाति जनस्थः
सुश्रुतविदुषा रुजां निचयः ॥ ५ ॥

उस लक्ष्मण के वंश में वैद्यों के शिरका रत्न धर्मधर उत्पन्न भया। जिस विख्यात विद्वान् ने मनुष्यों में स्थित रोगों के ढेरको नाश किया ॥ ५ ॥

अजनि तदनुरामः सत्सुहृत्पूर्णकामः
सुकृतगमितयामः पुण्यकर्मस्त्रवामः।
गदनिचयविदारी वैद्यविद्याविहारी
बुधजनसुखकारी साधुमार्गप्रचारी ॥ ६ ॥

उस धर्मधर के बाद श्रेष्ठ मित्रों की इच्छा पूर्णकरनेवाला, अच्छे कामों में समय बितानेवाला पुण्यकर्मों का करनेवाला, रोगों के समुदायको नष्ट करनेवाला, वैद्यविद्या में विहारकरनेवाला, बुद्धिमान् मनुष्यों को सुखदेनेवाला, उत्तम मार्गका प्रचारकरनेवाला राम उत्पन्नहुआ ॥ ६ ॥

अभूत्पतिस्तस्य सुतो महौजा
विज्ञानभैषज्यकलाकलापः।

ऋषीकचक्रं प्रथमं विजित्य
व्यजेष्टयो व्याधिचयं प्रजानाम् ॥ ७ ॥

उस राम से बड़ा तेजस्वी विज्ञानशास्त्र और औषधियों की कला में चतुर यतिनामक पुत्र हुआ, जिसने पहले इन्द्रियों के चक्र को जीतकर प्रजाओं के रोगों के समुदाय को जीता ॥ ७ ॥

यशोराजो महाराजः प्रह्लादः कामराजकः ।
हूदनिस्त्रिपुरारिश्च षट् सुतास्तस्य जज्ञिरे ॥ ८ ॥

उस यति से यशोराज, महाराज, प्रह्लाद, कामराज, हूदनि और त्रिपुरारि ये छः पुत्र हुये ॥ ८ ॥

शीलचातुर्यविज्ञानकलाभैषज्यसंपदः ।
षण्णां समानां भाग्येन महाराजोऽधिकोऽभवत् ॥ ६ ॥

यति के यशोराज आदि छः पुत्र, शील—चातुर्य—शास्त्रज्ञान और औषधियों की सम्पत्ति से समानहुये, परन्तु इन सबों में महाराज, अपने भाग्य से अधिक प्रतापी हुए ॥ ६ ॥

येनाराधि शकेश्वरो निजकलाकौशल्यमातन्वता
दिल्लीनाम्निपुरे स्वपाटवबलैर्वन्दी च निर्मोचितः ।
नीतो ग्रामगडाजरो दशपुरैः साकं शकाधीशतो
धन्योऽभून्महराज एव भिषजां चक्रैकचूडामणिः ॥ १० ॥

जिस महाराज ने अपनी कलाकुशलता को फैलाताहुआ शकेश्वर (विक्रमराजा) की सेवा की, और अपनी चतुराई के बल से दिल्लीनाम नगर में कैदियों को छुड़ाया और शकाधीश (विक्रमराजा) से दशपुरोंके सहित ग्रामगडाजरनाम पुरलिया । वैद्यों के समूह से एक चूड़ामणि महाराजही धन्य होते भए ॥ १० ॥

हूदनिस्तदनुजो बहुतेजा वाग्भटं चरकसुश्रुतशास्त्रम् ।
शीलयन्ननिशमीशसादरः शर्म कस्य न ततान भूतले ॥ ११ ॥

उस महाराज का छोटा भाई विक्रमराजासे आदरपानेवाला बहुत तेजवान्

हूदनि वाग्भट-चरक और सुश्रुत शास्त्र को निरन्तर देखताहुआ पृथ्वी पर किसका कल्याण नहीं किया अर्थात् सबों का कल्याण किया ॥ ११ ॥

मन्मथो जयशर्मा च वामदेवोऽथ पण्डितः ।
सूर्यदासश्च विख्यातो हूदनेः पञ्च सूनवः ॥ १२ ॥

उस हूदनि से मन्मथ, जयशर्मा, वामदेव, पण्डित, और विख्यात सूर्यदास, ये पांच पुत्र हुये ॥ १२ ॥

आचारः पटुता विवेकविधयः कौलीनमत्यद्भुता
भैषज्याश्रितचातुरीप्रियवचः पाण्डित्यसत्सङ्गता ।
पुण्यं पापविशङ्किशक्तिमतयो दीने सदा दानता
सर्वो मन्मथमाश्रितो गुणगणः श्रीकान्तपूजारतम् ॥ १३ ॥

आचार, चतुरता, शास्त्रज्ञान, क्रिया और कुलीनता और अत्यन्तअद्भुत औषधियों में रहनेवाली चातुरी, प्यारे वचन पाण्डित्य सत्संग पुण्य पाप में वैराग्य, शक्ति, बुद्धि और गरीबोंको सदा दान ये सम्पूर्णगुणों के ढेर, विष्णु-पूजा में तत्पर मन्मथ के आश्रित होतेभये ॥ १३ ॥

क्षेमशर्ममलिनाथसंज्ञकौ
तत्सुतावभवतां मनोरमौ ।
यौ विलोक्य न भुवं समागतौ
लज्जयेव भिषजौ दिवः पुनः ॥ १४ ॥

उस मन्मथ के मनको प्रसन्नकरनेवाले क्षेमशर्म और मलिनाथनामक दो पुत्र हुये । जिनको देखकर मानो लाजसे ही स्वर्ग के वैद्य अश्विनीकुमार फिर पृथ्वी पर नहीं आये ॥ १४ ॥

अकृतनिजविपक्षस्तर्कविद्यासुकक्षः
कलितसुजनरक्षः काव्यकेलीषु दक्षः ।
विधिविहितसुकर्मा सञ्चितानेकधर्मा
विदितसुकविमर्मा राजते क्षेमशर्मा ॥ १५ ॥

शत्रु मित्र रहित, न्यायशास्त्र में पण्डित, श्रेष्ठ पुरुषों का रक्षक, काव्यकला में

चतुर, शास्त्रोक्त उत्तम कर्मों का कर्ता, अनेक धर्मों का संचयकर्त्ता अच्छे क्षत्रियों का मर्मज्ञाता क्षेमशर्मा शोभायमान है ॥ १५ ॥

क्षेमो विक्रमसेनभूपतिलकं संसेव्य विद्वद्गुणै-
र्मन्त्रज्ञोऽत्र कलावनिं समभवद्भैषज्यविद्याविभुः ।
पात्रापात्रविवेकवान् परहिताधाने सदा सादर-
स्तद्दत्ते च पुरे सुधामयजलापूर्णां व्यधाद्वापिकाम् ॥ १६ ॥

पात्र और अपात्रोंका ज्ञाता परहित साधन में सदा आदरकरनेवाला क्षेमशर्मा पाण्डित्य से राजाओं का शिरोमणि विक्रमसेनकी भलीभांति से सेवा करके इस पृथ्वी पर मन्त्रशास्त्र शिल्पकला और वैद्यविद्या में प्रसिद्धहुआ जिसने विक्रमसेन के दियेहुए नगरमें अमृतसम जलपूर्ण बावली बनवाई ॥१६॥

सीतेव सीता जननी यदीया
नेयाग्ररेखा पतिदेवतानाम् ।
स क्षेमशर्मा कृतपुण्यकर्मा
शर्माणि धत्ते न कथं परेषाम् ॥ १७ ॥

पतिव्रता स्त्रियोंमें पहले गणनाकरने लायक जिस क्षेमशर्माकी माता सीता साक्षात् सीता[1] ही थी । पुण्यकर्म्मके कर्ता वह क्षेमशर्मा दूसरों के कल्याण कैसे न करै । अर्थात् अवश्य करै ॥ १७ ॥

वैकुण्ठलोकमगमद्दहनं प्रविश्य
सीतासतीसुकृतचारुविचारदक्षा ।
भर्त्रा सह प्रथितशीलगुणोदयेन
श्रीनिम्बशाखिकुलभूषणरत्नशोभा ॥ १८ ॥

सतियों के उत्तम कृत्यों के विचार में चतुर और निंबार्ककुलभूषणों में रत्नरूप सीता शील और गुणों से प्रसिद्ध पति के साथ अग्नि में प्रवेश करके वैकुण्ठलोक को गई ॥ १८ ॥

श्रीसूर्य्यदासगुरुपादसरोजसेवा
हेवाकिना परहितार्थपरायणेन ।

---

१ श्रीरामचन्द्रजीकी पत्नी ॥

क्षेमेण तर्कपदवाक्यविचारदक्षा
ग्रन्थस्य कर्मविषये धिषणा व्यधायि ॥ १९ ॥

सूर्यदासगुरुके चरणकमलसेवाभिलाषी परहितसाधन में परायण क्षेमशर्मा ने न्याय और व्याकरणविचार में चतुर निजबुद्धि को ग्रन्थरचना में लगाया ॥ १९ ॥

ग्रन्थं व्यधत्त सुरसं त्वमृतप्रपूर्णं
क्षेमः क्षमाजलनिधिर्द्विजदेवभक्तः ।
भूमण्डले कृतनिवासजना यदीय-
पादार्घभावरसिका न सुधां धयन्ति ॥ २० ॥

दयासागर, ब्राह्मण और देवताओं के भक्त, क्षेमाचार्य्य, सुरस और अमृत पूर्ण ग्रन्थ को बनाया भूमण्डलनिवासी जिसके चरणोदक के सामने अमृत को नहीं पान करते। अर्थात् क्षेमशर्म के चरणोंकी सेवाके सामने अमृत को भी तुच्छ समझते हैं ॥ २० ॥

गौरीमतं चरकवाग्भटभीमसूक्तिं
हारीतसुश्रुतमतं रविसिद्धपाकम् ।
क्षेमो भिषग्वरसुधीरवलोक्य सम्य
ग्ग्रन्थं व्यधत्त खलु क्षेमकुतूहलाख्यम् ॥ २१ ॥

भिषग्वरों में बुद्धिमान् क्षेमशर्माचार्य, गौरीमत (रसादिक्रिया) अथवा गौरीकाञ्चनिकानामक ग्रन्थ और चरक, वाग्भट, भीमसूक्ति (भीमाचार्य की उक्ति,) हारीतसंहिता सुश्रुत के मत और रवि सिद्धपाक (रविका बनाया सिद्धपाकग्रन्थ) को अच्छी तरह से अवलोकनकरके क्षेमकुतूहलनामक ग्रन्थ को बनाया ॥ २१ ॥

सन्ति यद्यपि नरा बहवोऽस्मिन्दोषदर्शनपराः क्षितिपीठे ।
अस्ति सन्नपि हि कश्चन लोके यो बहु प्रकुरुते गुणमल्पम् ॥ २२ ॥

इस पृथ्वी पर दोषों के देखनेवाले मनुष्य बहुत हैं तौभी कोई सत्पुरुष ऐसा भी है जो थोड़े गुणको बहुत प्रकाश करता है याने प्रशंसा करता है। इस पृथ्वी पर दोषों के देखनेवाले मनुष्य बहुत हैं इससे ग्रन्थ बनाना व्यर्थ है यह शङ्का

करके समाधान करते हैं कि कोई सज्जन पुरुष ऐसे भी हैं जो थोड़ेसे गुण को बहुत प्रकाश करतेहैं अर्थात् हमारे ग्रन्थसे सज्जनलोग अवश्य प्रसन्नहोंगे॥२२॥

इष्टदेवनमस्कारः प्रथमे वंशकीर्तनम् ।
सप्तधा द्रव्यपाकस्य परिभाषा निगद्यते ॥ २३ ॥

इस क्षेमकुतूहलनामक ग्रन्थ के प्रथम उत्सव में इष्टदेवता का नमस्कार, वंश वर्णन और सात प्रकार से द्रव्यों के पकाने की परिभाषा (उपयोगी संज्ञा) कही हैं ॥ २३ ॥

द्वितीये कथितं गेहमन्नरक्षामहानसम् ।
पाकयोग्यानि पात्राणि तत्र योग्य उपस्करः ॥ २४ ॥

दूसरे उत्सव में अन्न की रक्षा, रसोई का घर पाकों के लायक (बर्तन) और रसोईके लायक सामग्री कही हैं ॥ २४ ॥

तृतीयोत्सवके प्रोक्ता वैद्यसूदपतेर्गुणाः ।
विरुद्धाध्यशनं चैव विषमाहारलक्षणम् ॥ २५ ॥

तीसरे उत्सव में दाल आदि पाक बनानेवाले वैद्य के गुण और विरुद्ध भोजन अधिकभोजन और विषमाहार के लक्षण कहे हैं २५ ॥

ऋतुलक्षणचर्योक्ता तुरीयोत्सवके शुभा ।

चौथे उत्सव में वसन्त ग्रीष्म आदि छः ऋतुओं के लक्षण (चिह्न) और उन छः ऋतुओं में आचरण की अच्छी रीति कही है ॥

पञ्चमे प्रातरारभ्य रात्रियामार्द्धकावधिः ॥ २६ ॥
यस्य कालस्य यत्कर्म तत्सर्वं च निवेद्यते ॥

पांचवें उत्सव में प्रातः काल से आधीप्रहर रात्रि याने चार घड़ी राततक जिस समय का जो काम है वो सब कहेंगे । अर्थात् सुबह से चारघड़ी राततक आदमी को जो २ काम जिस २ समय में करना चाहिये सब कहेंगे २६ ॥

षष्ठे भोक्तासनं वारि क्रमश्च परिवेषणे ॥ २७ ॥
भोजनार्हाण्यमत्राणि पटुश्च परिवेषकः ।
दृष्टिदोषहराः श्लोकाः नानावर्णकरो विधिः ॥ २८ ॥
मांसानां बहुधा पाकपरिचर्या निगद्यते ॥

छठे उत्सव में भोजनकरनेवाला, आसन, जल और परोसने आदि का क़ायदा भोजनलायक वर्तन, चतुर परोसनेवाले का लक्षण, नज़र दोष के दूर करने वाले श्लोक, कई तरह की रंगतकरने की रीति और मांसों के पाक बनाने की बहुत रीतियां कहेंगे ॥ २७ । २८॥

सप्तमोत्सवके प्रोक्तं मत्स्यमांसस्य रन्धनम् ॥ २६ ॥

सातवें उत्सव में मछली और मांस पकाने की विधि है ॥ २६ ॥

षड्विधानां तु शाकानामाचष्टेऽष्टमके विधिम् ॥

आठवें उत्सव में छःप्रकारके शाकों (तरकारियों) को बनाने की रीति कही है ॥

नवमोत्सवके ख्यातं संधानवटिकावटाः ॥ ३० ॥
चणका मौद्गसंस्कारा बहुधा मांसपिष्टजाः ॥

नवें उत्सव में चने और मूंगों के संस्कार से और पिसेहुये मांसों से बने हुये कई प्रकार के अचार बड़े और पकोड़ी की विधि कही है ॥ ३० ॥

दशमोत्सवके प्रोक्तः पक्वान्नस्योत्तमो विधिः ॥ ३१ ॥
अन्नमांसफलक्षीरकन्दमीनादिभिः कृतः ॥

दशवें उत्सव में अन्न मांस, फल, दूध कन्द और मछलियोंसे बनाये पदार्थ और पकवान की अच्छी रीति कही है ॥ ३१ ॥

उत्सवैकादशे प्रोक्ताः प्रलेहाश्च सुसट्टकाः ॥ ३२ ॥
अभिष्यन्दनकल्काश्च सुसुप्ताग्निप्रबोधकाः ॥

ग्यारहवें उत्सव में प्रलेह (चाटनेलायक चीजें), अच्छे सट्टक स्यन्दन और कल्क कहे हैं, यह सब पदार्थ मन्दाग्नि को भी जगानेवाले हैं ॥ ३२ ॥

द्वादशोत्सवके प्रोक्तं क्षीरीक्षीरं च पानकम् ॥ ३३ ॥
वासाधिका रसाला च सुशीतं च करम्भकम् ॥
शुद्धदुग्धस्य पानं तु खाण्डवाचमनोदकम् ॥ ३४ ॥
इषीकोच्छिष्टदानस्य वाक्यमार्षमिहोदितम् ॥
धूपचन्दनताम्बूलमजीर्णोपशमौषधम् ॥ ३५ ॥
किंचिदुद्देशमात्रेण प्रोक्तो ग्रन्थे मया क्रमः ॥

बारहवें उत्सव में ग्रन्थकर्ता क्षेमशर्माचार्य ने उद्देशमात्र (नाममात्र) से क्षीरी (दूध से बनीहुई खीर) दूध, पानक (पीनेका पदार्थ) वासाधिका (बासोंधी), रसाला (शिखरन) अच्छा ठण्डा करम्भक (ठण्डे भात दूध दही से बना पदार्थ) अच्छे दूधका पान खाण्डव (आमला सोंठ खाण्ड आदि आगे कहेहुये पदार्थों से बनाहुआ) आचमन का जल याने पीने का जल इषीका (दांत साफ़करने की सींख) भोजन के बाद जो उच्छिष्ट (औंठा) भोजन और जल बचता है उसके दान देने के अर्थ वाक्य, धूप, चन्दन, ताम्बूल अजीर्णको मिटाने की औषध यह सम्पूर्ण चीजें कही हैं ॥ ३३ । ३४ । ३५ ॥

अथ भोजनप्रकारः ॥

भक्ष्यं भोज्यं लेह्यंपेयमित्याहारचतुष्टयम् ॥ ३६ ॥
मधुरादिरसोपेतं क्रियते तद्विवेचनम् ॥

मीठे आदि रसों से बनेहुये भक्ष्य, भोज्य, लेह्य, और पेय इन चार प्रकार के आहारों का वर्णन करते हैं ॥ ३६ ॥

भर्जनं तलनं स्वेदः पचनं क्वथनं तथा ॥ ३७ ॥
तान्दूरं पुटपाकश्च पाकः सप्तविधो मतः ॥

भर्जन याने भूनना (गरम मिट्टीसे सेकना) तलन याने तलना (घृत अथवा तैल को गरमकरके उसमें तलना) स्वेद याने बाफना (अङ्गारे के ऊपर रखकर भुड़ता करना) पचन याने पकाना, क्वथन याने क्वाथ करना, तन्दूर (तन्दूरे से पकाना), पुटपाक याने (जमीनमें गहरा गड्ढा खोदके उस के भीतर जिसको पकाना है उसको रखकर ऊपर आग जलाकर पकाना) यह सात प्रकार के पाक कहे हैं ॥ ३७ ॥

हिंगु तैलं च लवणं पानीयं व्यञ्जनेऽखिले ॥ ३८ ॥
अनुक्तमपि दातव्यं परं पर्याययोगतः ॥

हींग, तैल, लवण और जल ये चारों पदार्थ विना कहे भी परंपरा सम्बन्ध से सम्पूर्ण व्यञ्जनों में देना चाहिये ॥ ३८ ॥

दलितं खण्डितं कृत्तं पौलित्तं तु विवेचितम् ॥ ३९ ॥
वाल्मारितं शोधितं च खण्डपर्यायवाचकाः ॥

दलित, खण्डित, कृत्त, पौलित्त, विवेचित, वाल्मारित, और शोधित ये

सम्पूर्ण शब्द खण्डके पर्यायवाचक हैं याने टुकड़े करने के नाम हैं ॥ ३९ ॥

भर्जितं तापितं भृष्टं तान्दूरं ताविकं तथा ॥ ४० ॥
शालिक्यं तलितस्यैते शब्दाः पर्यायवाचकाः ॥

भर्जित, तापित, भृष्ट, तान्दूर, ताविक और शालिक्य ये सम्पूर्ण शब्द तलित के पर्यायबाचक हैं याने तलने के नाम हैं ॥ ४० ॥

॥ अथ वर्णकरणम् ॥

वर्णस्य करणे देयं कुंकुमं रक्तचन्दनम् ॥ ४१ ॥
ताम्बूलं यत्र यद्युक्तं तच्च तत्र प्रयोजयेत् ॥

अब रंगत करने के प्रकार कहते हैं—

रंगत करने में केसर, लालचन्दन और ताम्बूल (नागरवेलका पान) ये देनाचाहिये । जिस पदार्थ में जो देनेलायक हो उसको उसी पदार्थ में देनाचाहिये ॥ ४१ ॥

हिंग्वार्द्रमरिचं जीरं हरिद्रा धान्यकं तथा ॥ ४२ ॥
क्रमेण वर्द्धितं सर्वं वेसवारमिदं शुभम् ॥

हींग, अदरख, मिरच, जीरा, हलदी और धनियाँ ये सब चीजें क्रमसे बढ़ाने से याने सबसे थोड़ा हींग, हींगसे जियादा अदरख, अदरखसे जियादा मिरच इसी प्रकार हलदी धनियां भी जियादा २ लेने से यह अच्छा मसाला होजाता है । इसको वेसवार कहते हैं ॥ ४२ ॥

स्तोकेन वारिणा सर्वं वटितं वस्त्रगालितम् ॥ ४३ ॥
मात्रया व्यञ्जने देयं कासमर्दं च तत्स्मृतम् ॥

इस वेसवार को थोड़े जल से वांटकर कपड़े से छानलेवे इसको कासमर्द कहते हैं । फिर व्यञ्जन के अनुकूल मात्रा देना अर्थात् थोड़े व्यञ्जन में थोड़ी और जियादा में बहुत मात्रा देनीचाहिये, ॥ ४३ ॥

तप्तस्नेहे पचेत्पूर्वं वेसवारकसंज्ञकम् ॥ ४४ ॥
पाकप्रापितसौरभ्यं करालं सूपकैर्मतम् ॥

वेसवारनामक मसाले को गरम घी वा तैल में पकावे । इसमें पकाने से सुगन्ध होने के कारण दाल के वैद्य इसको कराल कहते हैं ॥ ४५ ॥

दाडिमे घृतसन्तप्ते तक्रं तत्र विनिक्षिपेत् ॥ ४५ ॥
ततः पक्वं पटे पूतमिति स्याद्दाडिमीरसः ॥

अनार के दानों को गरम घी में पकाकर उस में मट्ठा छोड़के फिर पकाकर कपड़े से छानलेने से अनार का रस होता है ॥ ४५ ॥

॥ अथोद्धूलनम् ॥

एलालवङ्गकर्पूरकस्तूरीमरिचत्वचम् ॥ ४६ ॥
चूर्णस्योद्धूलनं देयं भोज्ये क्षीरेक्षुसम्भवे ॥
व्यञ्जनेषु च सर्वेषु शाकजेष्वन्नजेषु च ॥ ४७ ॥
मांसमत्स्यभवेष्वेवं प्रलेहतलनादिषु ॥

इलायची, लौंग, कपूर, कस्तूरी, कालीमिरच और तज इन सवों के चूर्ण को उद्धूलन कहते हैं । इस उद्धूलन का भुरका दूध और ईख के रस से वनेहुये भोज्य पदार्थों में शाक और अन्न से वनेहुये सम्पूर्ण व्यञ्जनों में देना चाहिये । ऐसेही मछली और मांससे वनेहुये प्रलेह और तलन आदि पदार्थों में भुरका देनाचाहिये ॥ ४६ । ४७ ॥

आदावेव पचेत्स्नेहं ततो हिंगूदकं क्षिपेत् ॥ ४८ ॥
वेसवारं सलवणं क्षिप्त्वा तत्पिशितं पचेत् ॥
अर्द्धस्विन्ने क्षिपेत्तक्रमथवा दाडिमीरसः ॥ ४९ ॥
सिद्धपाके च दातव्यं चूर्णमुद्धूलनस्य च ॥

पहले घृत वा तैल को पकावे फिर उसमें हींग का जल छोड़ै फिर उसमें वेसवार और लवण के सहित मांस को छोड़के पकावे फिर आधा मांस पकने पर मट्ठा वा अनार का रस छोड़कर पकावे इस प्रकार पकाने से जब पाक सिद्धहोजावे तब उसमें उद्धूलनके चूर्णको भुरकानाचाहिये ॥ ४८ । ४९ ॥

॥ अथ सर्वपाकपरिभाषा ॥

द्रोणी द्रोणाटकं प्रस्थं कुडवं च पलं पिचु ॥ ५० ॥
शाणको माषकश्चैव यथा पूर्वं चतुर्गुणम् ॥

चार ४ मांसे का एक शाण, चार शाण का एक पिचु (कर्ष) चार पिचु का

१ चरक के मत से छः २ रत्तीका एक मासा और सुश्रुत के मत में ५ रत्तीका एक मासा होता है ॥

एक पल, चार पल का एक कुडव, चार कुडव का एक प्रस्थ, चार प्रस्थका एक आढक, चार आढकका एक द्रोण और चार द्रोणका एक द्रोणी होताहै॥५०॥

अथाग्निपरिभाषा ॥

प्रपाच्यं सकलं द्रव्यं वह्निना स्वल्पहेतिना ॥ ५१ ॥
विना भक्तं विना क्वाथं न क्षीरं वहुवह्निना ॥

भात और कढ़ी को छोड़कर सम्पूर्ण द्रव्यों को मन्दाग्निसे याने मन्द २ आंच से पकानाचाहिये। और दूध को बहुत आंच से न पकानाचाहिये॥५१॥

अथोदकपरिभाषा ॥

भक्तपाके जलं देयं तन्दुलेभ्यश्चतुर्गुणम् ॥ ५२ ॥
सूपस्य त्रिगुणं तोयं प्रदातव्यं हि मुद्गतः ॥
माषसूपे जलं किञ्चित्त्वधिकं मुद्गसूपतः ॥ ५३ ॥
कृशरायां जलं किञ्चिद्धीनं तन्मुद्गसूपतः ॥
व्यञ्जनानां प्रभूतानां तोयसंस्थात्वनेकधा ॥ ५४ ॥
स्वभावकठिनं किञ्चित्किञ्चिन्मृदुतरं स्मृतम् ॥
कठिनं वहुतोयेन मृदुस्वल्पेन पच्यते ॥ ५५ ॥
दिक्सङ्ख्यपलमानस्य स्नेहमात्रा पलं स्मृतम् ॥
लवणार्द्धपलं देयं वेसवारं पिचु स्मृतम् ॥ ५६ ॥
टङ्कसुच्चूलनं च स्यादेतन्मानं तु रन्धने ॥
सपादं मत्स्यमांसस्य द्रव्यं देयं तु मांसतः ॥ ५७ ॥
षड्विधानां तु शाकानां द्रव्यं देयं तु मांसवत् ॥
अन्नजेष्वथ भक्ष्येषु किञ्चिद्धीनं तु मांसतः ॥ ५८ ॥

अब जल आदिकी परिभाषा कहते हैं—

चांवलों के पकाने में चांवलों से चौगुना जल देनाचाहिये, मूंग की दाल पकाने में मूंगोंसे तिगुना और उरद की दाल में मूंगों की दाल से कुछ अि-

१ चारमासे का एक टंक होता है। इसकारण चरक के मतसे २४ रत्तीका और सुश्रुत के मतसे २० रत्तीका मासा होता है॥

यादा, खिचड़ीके पकाने में मूगों की दाल से कुछ कम जल देनाचाहिये। अनेक प्रकार के व्यञ्जनों को पकाने में जल की भी व्यवस्था अनेक प्रकार की है। क्योंकि कोई पदार्थ स्वभाव से कड़ा और कोई बहुत कोमल होता है कठिन द्रव्य बहुत जल से और कोमल थोड़े जल से पकता है। दश पल मांस में एक पल चिकनाई (घृत वा तैल) की मात्रा कही है। और दश पल मांस में आधा पल लवण और वेसवार एक पिचु (कर्ष) और एक टङ्क उद्धूलन (भुरका) देनाचाहिये। यह सब प्रमाण पकाने में कहे हैं। यह जो मांस के पकाने में घृत लवण आदि की मात्रा कही इससे सवाई मात्रा मछली के मांस के पकाने में देनाचाहिये। छ प्रकार के शाकों में मांस के बराबर मात्रा देनी चाहिये। अन्न से बनायेहुये पदार्थों में मांस से कुछ थोड़ीमात्रा देनीचाहिये॥ ५२। ५३। ५४। ५५। ५६। ५७। ५८॥

॥ अथ शिखरिणीपरिभाषा॥

शुभ्रशर्करया योज्यं निर्नीरं द्विगुणं दधि॥
उक्तमुद्धूलनं देयं रसालेषु बुधैः स्मृतम्॥ ५९॥

अत्र शिखरणकी परिभाषा कहते हैं—

रसाला याने शिखरण के बनाने में अच्छी शक्कर से दूना दही जिसमें जल न हो देनाचाहिये। और उस में पहले कहाहुआ उद्धूलन (भुरका) देना चाहिये यह पण्डितों ने कहा है॥ ५९॥

अथ पाने परिभाषा॥

भूरुहाणां फलेऽम्लत्वं स्वल्पाधिक्यं हि दृश्यते॥
तस्माच्छर्करया भागो नैकः पानेषु कथ्यते॥ ६०॥
सामान्यतो मयाप्युक्ता परिभाषात्र भोजने॥
न्यूनाधिका च कर्त्तव्या सर्वो भिन्नरुचिर्जनः॥ ६१॥

वृक्षों के फलों में खट्टापन, थोड़ाबहुत पायाजाता इस कारण पान (एक प्रकार की पीनेकी चीज) में खांड़ की मात्रा एक प्रकार की नहीं कही है मैंने भी भोजन में साधारण तौर से परिभाषा कही है, इससे कम जियादा भी कर लेनाचाहिये। क्योंकि सब मनुष्यों की भिन्न २ रुचि होती है। किसी को

बहुत मीठा किसी को बहुत खट्टा किसी को अधिक निमक, किसी को अधिक कडुआ अच्छा लगता है ॥ ६० । ६१ ॥

इष्टदेवनमस्कारः प्रथमे वंशकीर्तनम् ॥
द्रव्यस्य परिभाषा च पाकरक्षा त्वथोच्यते ॥ ६२ ॥

इति श्रीनरवैद्यमन्मथात्मजक्षेमशर्मविनिर्मितेक्षेमकुतूहले ग्रन्थेवंशवर्णनोनामप्रथमोत्सवः ॥ १ ॥

इस प्रथमोत्सव में इष्टदेव का नमस्कार और वंश का वर्णन याने अपने वंश के पूर्वजों की नामावली और द्रव्योंकी परिभाषा कही है । अब आगे पाकरक्षा कहते हैं ॥ ६२ ॥

श्रीमाधवपुरोहितसिद्धान्तवागीशकृतभाषानुवाद में प्रथम उत्सव समाप्त हुआ ॥ १ ॥

धर्मार्थकाममोक्षाणां शरीरं साधनं बुधैः ॥
अत एवैकमत्येन सर्वैरेवाभिधीयते ॥ १ ॥

धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष का साधन शरीरसे होताहै इस कारण सम्पूर्ण विद्वानों ने एकमत होकर शरीर की रक्षा कही है ॥ १ ॥

तच्च भूतमयं तानि पच्यन्ते स्वाग्निना निशम् ॥
देहे गच्छति गच्छन्ति पक्कानि च विशेषतः ॥ २ ॥

वह शरीर पञ्चमहाभूतमय (पृथ्वी-जल-अग्नि-वायु-और आकाश मय) है । और यह पञ्चमहाभूत अपनी २ अग्नियों से हमेशा पकते हैं । शरीर के जाने पर यह पञ्चमहाभूत का भी लय होजाता है ॥ २ ॥

तत्सम्बध्यमानं सदाहारं पाञ्चभौतिकम् ॥
नानाविधरसं भोक्तुमात्मा समभिकाङ्क्षति ॥ ३ ॥

इन पञ्चमहाभूतोंसे सम्बन्धरखनेवाली आत्मा पञ्चमहाभूतों से बनेहुये और नानाप्रकारकेरसवाले आहार खाने को भलीभांति इच्छा करती है ॥ ३ ॥

तेन पूरितकोष्ठस्तु सौहित्यसुखमाप्नुयात् ॥
स्वादुत्वं षड्रसादीनां तेषां प्रायोऽन्नमाश्रयः ॥ ४ ॥

उस आहारसे तृप्त आत्मा सुख पाती है। उन छः रसोंका स्वाद अकसर अन्न के अधीन है ॥ ४ ॥

तच्च शाल्यादिविविधं मांसक्षीरफलादिकम् ॥
किन्तु व्यक्तरसं प्रायो बहुधैवोपजायते ॥ ५ ॥

किन्तु वह अन्न चांवल आदि नानाप्रकार का है। किंतु मांस-दूध-फल आदि प्रकट रस, अकसर कई प्रकार का उत्पन्न होता है ॥ ५ ॥

अन्नपानं विषाद्रक्षेद्विशेषेण महीपतेः।
योगक्षेमौ तदायत्तौ धर्माद्यास्तन्निबन्धनाः ॥ ६ ॥

अन्नपान को जहर से बचाना और जियादातर राजा के अन्नपान को जरूर बचानाचाहिये। क्योंकि योग (अप्राप्तवस्तुकी प्राप्ति) और क्षेम (प्राप्त वस्तुका रक्षण) राजा के अधीन है। और धर्म अर्थ काम मोक्ष ये चारों क्षेम के अधीन हैं ॥ ६ ॥

गौरीमतादिलिखिताखिलपाकसम्पद्
व्यापारितौदनिकसम्भ्रमदर्शनीयम्।
स्वप्नेऽपिवैरिजनगोचरतामयातं
चन्द्रद्रवैः सुरभितं भुजि कर्मधाम ॥ ७ ॥

गौरीमत आदि ग्रन्थों में लिखीहुई सम्पूर्ण पाकोंकी सम्पत्ति और चांवलों का भेद वगैरह देखनेलायक है। सपने में भी शत्रुओं की नजर में न आने लायक कर्पूर आदि पदार्थोंसे खुशबू भोजन बनानेका मकान होनाचाहिये ॥ ७ ॥

(१) अन्न वस्त्र आदिके सम्बन्ध को योग कहते हैं। और उन अन्न वस्त्र आदि का चौर वगैरह उपद्रवोंसे रक्षाकरना क्षेम कहलाताहै। इन दोनोंको मिलाकर योगक्षेम कहते हैं।

(२) धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष।

आग्नेय्यां दिशि कर्तव्यमावासस्य महानसम् ।
गवाक्षजालमार्गाढ्यमर्द्धभित्त्युपलेपितम् ॥ ८ ॥
चुल्ली तत्र प्रकर्तव्या पूर्वपश्चिमसायता ।
मृन्मयादीनि भाण्डानि क्षालितानि च वारिणा ॥ ९ ॥
तेषु यत्पच्यते द्रव्यं गुणवत्सर्वसम्मतम् ।
मृदभावे पचेल्लोहे चक्षुरर्शोविकारनुत् ॥ १० ॥
कांस्यजे पाचितं यद्धि तद्धितं मतिदं शुचि ।
यच्च ताम्रमये सिद्धं न रुच्यं तच्चाम्लपित्तकृत् ॥ ११ ॥
सौवर्णे राजते पाच्यमाद्यं भूमिभृतां गृहे ।
तत्पात्रं सर्वदोषघ्नं धिषणोत्सवदायकम् ॥ १२ ॥
संकीर्णे पात्रसंभारे मार्गे वा ग्रामवर्जिते ।

अग्निकोण याने पूर्व और दक्षिणके बीचमें जालियों से युक्त और आधी भीत गोबर मिट्टीआदि से लिपाहुआ रसोई का मकान बनाना चाहिये ॥ ८ ॥ उस महानस (रसोई) के मकान में पूर्व और पश्चिम में फैलाहुआ चूल्हा रखना चाहिये । और उस रसोई में जल से धोयेहुये मिट्टी आदि के बर्तनों को रखना चाहिये ॥ ९ ॥ उन मिट्टीके बर्तनों में पकाया हुआ द्रव्य गुणवान् होता है ये मिट्टी के बर्तन सर्व सम्मत हैं मिट्टीका बर्तन न होनेपर लोहके पात्र में पकावे, यह लोहका पात्र नेत्र और अर्श (मस्सों) के दोषोंको दूर करता है ॥ १० ॥ कांस के पात्रमें पकायाहुआ पदार्थ हितकारक और बुद्धिकारक और पवित्र होताहै । तांबे के पात्र में पकायाहुआ द्रव्य रुचिकारक नहीं होता । और यह अम्लपित्तनामक रोगविशेष को करता है ॥ ११ ॥ राजाओं के घर में आद्य याने खाने के द्रव्य सोने और चांदी के बर्तनों में पकाना चाहिये, यह सोने-चांदी का पात्र सब दोषों को नाश करनेवाला और बुद्धिके उत्सव को देनेवाला है जहां पात्र न हों अथवा ग्रामरहित मार्गहो तहां मिट्टीके पात्र मेंही पकाना चाहिये ॥ १२ ॥

अथ रन्धितद्रव्यस्य पात्रान्तरे स्थापनम् ॥

स्थापयेद्गुणवान्सूदः सिद्धान्नं पात्रकान्तरे ॥ १३ ॥

भक्तः स्वपात्रके स्थाप्यो न स्थाप्यः पात्रकान्तरे ।
घृतं काष्ठायसोः स्थाप्यं मांसं मांसभवो रसः ॥ १४ ॥
स्थापयेद्राजते हैमे पात्रे लोहेऽथ काष्ठजे ।
पत्रादिषड्विधं शाकं स्थाप्यं काष्ठाश्मलोहजे ॥ १५ ॥
पक्वान्नं पिष्टजं भक्ष्यं स्थाप्यं कांस्येऽथ दारुजे ।
धारयेत्सुभृतं क्षीरं पार्थिवे वाथ काष्ठजे ॥ १६ ॥
पानीयं पायसं तक्रं मृन्मयेष्वेव धारयेत् ।
काचजे स्फाटिके वाथ वैडूर्यादिविचित्रिते ॥ १७ ॥
धारयेत्सर्वदा पात्रे रागखाण्डवसट्टकान् ।
उक्तपात्रान्तरे स्थाप्यं यद्द्रव्यं तद्रुजापहम् ॥ १८ ॥
सर्वदा सुखदं हृद्यमन्यथा दोषकारकम् ।

अब पकेहुये द्रव्योंका दूसरे पात्रोंमें स्थापन कहते हैं गुणवान् वैद्य पकेहुये अन्नको दूसरे पात्रमें स्थापन करै । भात जिस बर्तन में पकायाहो उसी पात्रमें रक्खै, दूसरे पात्रमें न रखना चाहिये । घीको काठ और लोहके बर्तन में स्थापनकरै, मांस और मांससे बनेहुये रसको सोने—चांदी—लोह और काठके पात्र में स्थापन करै । पत्र—फूल और फल आदि छः प्रकार के शाक (तरकारी) को काठ, पत्थर और लोहके पात्र में स्थापन करना चाहिये । पक्वान्न (लड्डूआदि) पिष्टज याने पीठी से बनेहुये भक्ष्यको कांसे के वा काठके पात्रमें स्थापन करै । अच्छे प्रकार से औटाया हुआ दूध मिट्टी वा काठके पात्रमें रक्खै । पानीय (जल) खीर और तक्र (मट्ठा) को मिट्टीके पात्रोंमेंही स्थापन करे । 'राग[1] —खांडव और सट्टकों' को कांच के वा स्फटिक के वैडूर्य आदि मणियों से जड़हुये पात्र में स्थापन करे ऊपर कहेहुये पात्रोंमें स्थापन किया हुआ जो द्रव्य वो रोगको नाश करनेवाला, हमेशा सुख देनेवाला और हृदय को हित करनेवाला होताहै । और इन कहेहुये पात्रों से भिन्न पात्रों में रक्खा हुआ पदार्थ दोषकारक होता है ॥ १३ । १४ । १५ । १६ । १७ । १८ ॥

---

१ पना, चटनी, सिखरण और अमरस वगैरह ।

अथ महानसोपयोग्योपकरणानि ॥

वस्तूनि भोजनार्हाणि विविच्यानि पुनः पुनः ॥ १९ ॥
सर्वाणि गुणयुक्तानि स्थापितानि महानसे ।
दास्यासा मार्जनी वाटा पूतहण्डी सुकुञ्चिका ॥ २० ॥
घर्षणी वैणवं पात्रं जलपूर्णस्त्वलिञ्जरः ।
वह्निसञ्जननो ग्रावः कुद्दालं सुकुठारकः ॥ २१ ॥
दारुखण्डानि शुष्काणि हस्तमात्रकृतानि च ।
अजीर्णान्यनतिस्थूलान्यजन्तून्यमलानि च ॥ २२ ॥
तितउश्चालनीपीठो मुशलंचाप्युलूखलम् ।
शूर्पं लोष्टं शिला दर्वी चतुरस्रा च पट्टिका ॥ २३ ॥
संदंशकं तु युगलं वस्त्रखण्डं चतुष्टयम् ।
नालिका छुरिका चैव सुशूल्यं सुकटाहकम् ॥ २४ ॥
वह्निसंचालनार्थाय दर्वी दीर्घा सुलोहजा ।
इत्यादि वस्तुजातं हि युज्यते च महानसे ॥ २५ ॥

अब रसोईके लायक सामग्री कहते हैं ॥

भोजन के लायक गुणयुक्त सब वस्तुओं को अच्छीतरह से वारंवार शोध के रसोई के मकान में रखनी चाहिये। सच बोलनेवाली टहलनी बुहारी, तराजू, पवित्र हांडी, करछुल, घर्षणी (कुचरणी) बांस का पात्र याने छावडी टोकरी आदि पात्र, जलसे भराहुआ अलिञ्जर (रामझारा) आगको पैदा करनेवाला पत्थर याने चकमकका पत्थर, कुद्दाल (कुदाल) कुठार (कुलहाड़ी) और साफ़ जन्तुरहित न बहुत मोटे और सूखे, एक २ हाथके नये काठके टुकड़े, चालना, चालनी, चौकी, मूशल और उलूखल (ओखल) शूर्प (सूप) लोष्ट (पत्थर का लोढा) शिला, दर्वी (चिमची) चतुरस्र याने चार कोनेकी सम धरातलवाली पट्टी, संदंशक (संसी) दो छोटा और बड़ा, चार कपड़े के टुकड़े, नालिका (चूल्हे में फूंकदेने की नली) छुरी, और सुशूल्य (अच्छा सुया) और अच्छा कटाह कहिये कड़ाहा और अग्निको चलाने के लिये अच्छे

लोहकी बड़ी कलाई, इत्यादि यह सम्पूर्ण चीजें महानस के योग्यहैं ॥ १९ । २० । २१ । २२ । २३ । २४ । २५ ॥

अथ सविषान्नपरीक्षार्थं जन्तवः ॥

तस्याजिरे मृगमरालचकोरकीर-
क्रौञ्चप्लवङ्गशिखिकुक्कुटबभ्रवश्च ।
धार्या विषस्य परिहारधिया धनेशैः
किं श्रीमतां जगति दुर्लभमस्ति कंचित् ? ॥ २६ ॥

उस घरके आंगन में धनवान् लोग ज़हरके परिहार (दूरकरने) की बुद्धि से याने ज़हरसे बचने के लिये हरिन, राजहंस, चकोर, सूवा, क्रौंच, बंदर, मोर, मुर्गा और नेउर को रक्खें । क्या श्रीमानों को संसारमें कुछ दुर्लभ है, अर्थात् कोई चीज़ मुश्किल नहीं है ॥ २६ ॥

एणो रौति स्खलति गमने राजहंसश्चकोर-
श्चक्षुर्द्वन्द्वं विरजतितरां वान्तिकृत् कीरपत्री ।
रौति क्रौञ्चो विसृजति कपिः प्रीयते नीलकण्ठः
शब्दप्रीतिं सपदि सृजतो दक्षबभ्रू विषेण ॥ २७ ॥

जहरके देखने से हरिन बारंबार बोलताहै, राजहंस चलने में गिरताहै याने अच्छीतरहसे नहीं चलता अर्थात् चलता २ गिरजाता है, चकोर पक्षी दोनों नेत्रोंको बहुत लाल करलेताहै, कीर पक्षी याने सुआ बमन करताहै याने खाया हुआ मुखकेद्वारा निगल देताहै, क्रौंच शब्द करताहै, कपि (बन्दर) पुरीष (विष्ठा) करताहै, मयूर प्रसन्न होताहै, दक्ष (मुर्गा) और बभ्रु (नकुल) तुरन्त शब्दप्रीति करते हैं, यानें कुत्ते और नेउर जहरके देखने से तुरन्त प्यारे शब्द बोलते हैं ॥ २७ ॥

---

१ आदि शब्द से इतनी वस्तु और रखनी चाहिये । दियासलाई, सिगड़ी, तवा, कड़ाही, कड़ाह, कलसा, लोटा, थाली, कचोली, घंटी, गिलास, प्याले, रकेबी, परात, चकला, बेलन, कूंडी, कुल्हड़, सराई, सकोरे, पत्तल, दोना आदि । मैदा, चून, दाल, चावल, नोन, तैल, घी, मसाला, दूध, दही, शक्कर, मिश्री, बेसन आदि सम्पूर्ण वस्तु रसोई करनेवाले को अपने पास धरलेनी चाहिये । और एक दो चतुर पुरुष भी जरूर रसोईदारके पास रहने चाहिये ।

अथान्नपरीक्षा ॥

ओदनो विषवान्सान्द्रो याति वैवर्ण्यमाशु हि ।
चिरेण पच्यते पक्को भवेत्पर्युषितोपमः ॥ २८ ॥
मयूरकण्ठतुल्योष्मा मोहमूर्च्छाविकारकृत् ।
हीयते वर्णगन्धाद्यैः क्लिद्यते चन्द्रिकाङ्कितः ॥ २९ ॥
व्यञ्जनान्याशु शुष्यन्ति श्यामक्काथानि तत्र च ।
हीनातिरिक्तविकृता छाया दृश्येत नैव वा ॥ ३० ॥
फेनोर्ध्वराजी सीमन्तस्तन्तुबुद्बुदसम्भवः ।
विच्छिन्नविरसा रागाः खाण्डवाः शाकमामिषम् ॥ ३१ ॥
नीला राजी रसे ताम्रा क्षीरे दधनि दृश्यते ।
श्यावा पीतासिते तक्रे घृते पानीयसन्निभा ॥ ३२ ॥
मस्तुन्यपि कपोताभा राजी कृष्णा तुषोदके ।
कालीमद्याम्भसोःक्षौद्रे हरित्तैले ऽरुणोपमा ॥ ३३ ॥
पाकः फलानामामानां पक्कानां तु विशीर्णता ।
द्रव्याणामार्द्रशुष्काणां वैपरीत्यं तु जायते ॥ ३४ ॥
मृदूनां कठिनानां च भवेत्स्पर्शविपर्ययः ।
माल्यस्य स्फुटिताग्रत्वं म्लानिर्गन्धान्तरोद्भवः ॥ ३५ ॥
श्याममण्डलता वस्त्रे सादनं तन्तु पक्ष्मणाम् ।
धातुमौक्तिककाष्ठाश्मरत्नादिषु मलाकृतिः ॥ ३६ ॥
स्नेहस्पर्शप्रभाहानिः सप्रभत्वं च मृन्मये ।

अब जहरमिलेहुए अन्न आदि की परीक्षा कहते हैं—जहरमिला भात गाढ़ा होजाता है याने उसका पींड़ा बँधजाता है और तुरन्त ही उसका वर्ण बदल जाता है बहुत काल में पकता है, पकाहुआ बासी[1] होजाता है, उनकी बाफ मोरकण्ठ[2] के जैसी रंगत की होतीहै, मोह[3]-मूर्च्छा[4] और विकार के करनेवाला होताहै रंगत

१ एक दिन रातके पहिले बनाए। २ नीलवर्ण। ३ चित्तबदलना। ४ बेहोशहोना।

और गन्ध आदि से रहित होता है, और कीचड़ के समान गीला होजाता है, और मोरपंखके चंदवेसे बिन्दुओंसे युक्त होताहै व्यञ्जन[1](दालवगैरह)तुरन्त ही सूख जाते हैं, रसादार कढ़ी आदि पदार्थ श्याम वर्ण होजाते हैं, व्यञ्जन सरीखे क्वाथों में अपनी छाया छोटी–बड़ी और बिगड़ीहुई दीखे अथवा दीखेही नहीं और इनमें फेना आजावें, ऊंची तरंगें दीख पड़ैं, सीमन्त (धारवा) पड़जावें और इन में बुब्जों का सम्भव होता है। जहर मिले राग, खांडव और शाक ये फट जाते हैं और रसरहित होजाते हैं याने वेस्वाद होजाते हैं। और जहर मिले मांसरस में नीली लकीर, दूध में तांबे के रंग जैसी, दही में धुआं के जैसी, तक्र(मट्ठा)में नीली पीली, घृत में जलकीसी, मस्तु याने दही के घोल (मट्ठा) में कपोत (कबूतर) के रंग की सी, कांजी में काली, मद्य में काली, शहद में हरी और तैल में गुलाबी लकीर दीखती है। जहर मिले कच्चे फल पकजाते हैं पके हुए फल फूटजाते हैं अथवा सड़ जाते हैं गीले पदार्थ सूख जाते हैं और सूखे गीले होजाते हैं। कोमल द्रव्यों का स्पर्श कड़ा और कड़े द्रव्यों का स्पर्श कोमल होता है। फूलों की नोक फट जाती है, इनमें दूसरी तरह का सुगन्ध होजाता है और ये फूल कुम्हला जाते हैं। जहरमिले कपड़े में काले रंग के मण्डल याने चक्र होजाते हैं और कपड़े के कोर परजो तन्तु होते हैं वे गिरजाते हैं लोहा सोना चांदी तांबा आदि धातु, मोती—काठ–पत्थर और वज्र मरकत आदि रत्नों में मैलापन होजाता है। और इन सबों की चिकनाई और कान्ति (चमक) की हानि होती है, इनका स्पर्श भी औरही प्रकारका होता है। और चमक रहित मिट्टी के वर्तन चमकते दिखलाई देते हैं॥ २८। २९। ३०। ३१। ३२। ३३। ३४। ३५। ३६॥

विषदः श्यावशुष्कास्यो विलक्षो वीक्षते दिशः।
स्वेदवेपथुमान् स्तब्धो भीतः स्खलति जृम्भते॥ ३७॥

अब जहर देने वाले के लक्षण कहते हैं॥

श्याव (धूआं) के रंग के समान और सूखा जिसका मुख हो और जो व्यर्थ दिशाओं को देखे याने जो बे मतलब चारों तरफ़ देखता हो पसीना हुआ हो शरीर कांपता हो, वा स्तब्ध (ठहरा) हो, डर रहा हो और जो चलता हुआ गिर[2]

---

१ रस–स्पर्श आदि। २ दाल आदि, मट्ठा दही, अनार आदि से संस्कृत, शिर हाथ पांव इत्यादि अंगों से हीन। ३ ओढ़न बिछाने के पूछने पर ऊटपटांग उत्तर देवे वा न देवे। मोह को प्राप्त होवे अंगुलियों को चटकावे, माथे को खुजावे, ओठोंको चाटे, जमीन पर लकीरें खेंचे, कार्य में जल्दी करे वा उलटा करे, अपनी जगह नहीं रहे।

जावे और जो वारंवार जम्भवाई याने उवासी ले उसको जहर देनेवाला जाना अर्थात् ये सब लक्षण जहर देनेवाले के हैं ॥ ३७ ॥

प्राप्यान्नं सविषं वह्निरेकावर्तं स्फुटत्यपि ।
शिखिकण्ठाभधूमार्चिरनर्चिश्चोग्रगन्धता ॥ ३८ ॥

आग में जहर मिलाहुआ अन्न होने से आग की शिखा याने लवर एक तरफ़ घूमती है। फूटती है याने उसमें चटचटा शब्द होता है कान्ति और धूआं मोरकण्ठ के समान होता है। ज्वाला रहित और उत्कट गंधवान् होता है ॥ ३८ ॥

लक्षणान्तरमाह ॥

म्रियन्ते मक्षिकाः प्राश्य काकः क्षामस्वरो भवेत् ॥

मक्खियें खाकर मर जाती हैं और काक़ की आवाज मन्द होजाती है ॥

पाकरक्षा मया प्रोक्ता तस्याः स्थानं च शोभनम् ॥ ३९ ॥
अथातः प्रोच्यते वैद्यसूपकारगुणागुणम् ॥
इति श्रीनरवैद्यमन्मथात्मजक्षेमशर्मविनिर्मिते क्षेमकुतूहले
ग्रन्थे महानसोपयोग्योपकरणप्रशंसनो नाम
द्वितीयोत्सवः ॥ २ ॥

मैंने पाकरक्षा और उसका उत्तम स्थान इस प्रकरण में कहा है अब इस के पीछे रसोई बनानेवाले वैद्य के गुण और दोष दिखलाये जावेंगे ॥ ३९ ॥

श्रीमाधवपुरोहितसिद्धान्तवागीशकृतभाषानुवादमें
द्वितीयउत्सव समाप्त हुआ ॥

अथ तृतीयोत्सवः प्रारभ्यते ॥

अथ वैद्याहारसूपकारप्रशंसामाह ॥

राजाराजगृहासन्ने प्राणाचार्यं निवेशयेत् ।
सर्वदा स भवत्येवं सर्वत्र प्रतिजागृविः ॥ १ ॥

---

१ इन्द्रधनुष की नाईं नाना वर्ण ।

राजा राजघरके नजदीक प्राणाचार्य (वैद्य) को रक्खै। और वह वैद्य हर एक जगह हरएक समय में आनेजानेवाला और आदर पानेवाला हो। इसप्रकार रहता हुआ वैद्य सब जगह सब समय में अन्नपान इत्यादि में होशियार रहै ॥ १ ॥

तस्माद्वैद्येन सततं विषाद्रक्ष्यो नराधिपः।
न विश्वसेदतो राजा कदाचिदपि कस्यचित् ॥ २ ॥

इसकारण वैद्य, हरवक्त राजाकी जहर से रक्षाकरै। और इसीकारण राजा किसी समय किसीका विश्वास न करै ॥ २ ॥

आयुर्वेदकृताभ्यासः सर्वत्र प्रियदर्शनः।
उक्तिहेतुसमायुक्त एष वैद्यो विधीयते ॥ ३ ॥

आयुर्वेद को जाननेवाला, जिसके देखने से चित्त प्रसन्नहो, और आगे कहे हुए वैद्यके गुणों से युक्तहो उसको वैद्य कहते हैं ॥ ३ ॥

क्रोधपारुष्यमात्सर्यमायालस्यविवर्जितम्।
जितेन्द्रियं क्षमावन्तं शीलशौचदयान्वितम् ॥ ४ ॥
कुलीनं धार्मिकं स्निग्धं सुभृतं सन्मते स्थितम्।
अलुब्धमशनं भक्तं कृतज्ञं प्रियदर्शनम् ॥ ५ ॥
मेधाविनमसंभ्रान्तमनुरक्तं हितैषिणम्।
पटुप्रागल्भनिपुणं दक्षमालस्यवर्जितम् ॥ ६ ॥
सर्ववैद्यगुणैर्युक्तं नित्यं सन्निहितागदम्।
महानसे प्रयुञ्जीत वैद्यं सुष्ठूपपूजितम् ॥ ७ ॥

रोष, कठोरता, वैर, कपट और आलस्य से रहित जितेन्द्रिय क्षमावान् शीलवान् शास्त्रमें कहेहुये शौचका अनुष्ठान करनेवाला, कुलीन धर्मको जाननेवाला, और जिसका शरीर चिकना और सुन्दरहो, अच्छे मतमें स्थित, निर्लोभी, रिशवतको न लेनेवाला, और सुन्दरदर्शन स्वामीभक्त, दूसरे के कियेहुए गुणको माननेवाला, बुद्धिमान्, शंकारहित, हितचिन्तक, आयुर्वेद में कुशल, सभाचतुर, वैद्यकी क्रियामें होशियार, चतुर, आलस्यरहित, सम्पूर्ण वैद्य के

गुणोंसे युक्त, हरसमय जहरको नाशकरनेवाली औषध को पास रखनेवाला, और अच्छी तरहसे पूजित वैद्यको रसोई में रक्खै ॥ ४ । ५ । ६ । ७ ॥

वैद्यः पुरोहितो मन्त्री दैवज्ञश्च चतुर्थकः ।
प्रातरेव हि द्रष्टव्यो नित्यं स्वश्रेयवाञ्छता ॥ ८ ॥

अपने कल्याण को चाहनेवाला मनुष्य, प्रातःकालही वैद्य पुरोहित मन्त्री और ज्योतिषी का नित्य दर्शन करै ॥ ८ ॥

दैवज्ञो मन्त्रविद्वैद्यश्चतुर्थश्च पुरोहितः ।
एते राज्ञा सदा पोष्याः कृच्छ्रेणापि स्त्रियो यथा ॥ ९ ॥

ज्योतिषी, मन्त्री वैद्य और पुरोहित का राजा सदा पालन करै । जैसे बहुत दुःख से भी स्त्रीकी रक्षा करताहै, इसी प्रकार इनकी भी पालना करै ॥ ९ ॥

वैद्यविद्वज्जनामात्या यस्य राज्ञः प्रियंवदाः ।
आरोग्यं धर्मकोशाश्च न हीयन्ते हि सर्वदा ॥ १० ॥

जिस राजा के वैद्य, विद्वान् और मन्त्री ये सब मीठी बोलनेवाले हैं उस के आरोग्य, धर्म और खज़ाना कभी नहीं घटते याने सदा बढते हैं ॥ १० ॥

गतश्रीर्गणकान् द्वेष्टि गतायुश्च चिकित्सकान् ।
गतश्रीश्च गतायुश्च ब्राह्मणान् द्वेष्टि भारत ॥ ११ ॥

हे भारत (अर्जुन) ! निर्धन पुरुष ज्योतिषियों से वैर करताहै और मरनेवाला वैद्यसे । और निर्धन एवं गतायु पुरुष ब्राह्मणोंसे वैर करताहै ॥ ११ ॥

क्वचिद्धितं क्वचिन्मैत्री क्वचिद्धर्मः क्वचिद्यशः ।
क्वचिदभ्यासयोगश्च चिकित्सा नास्ति निष्फला ॥ १२ ॥

कहीं हित, कहीं मैत्री, कहीं धर्म, कहीं यश और कहीं चिकित्सा द्वारा कर्म का अभ्यास होताहै । इस प्रकार चिकित्सा कहीं निष्फल नहीं होती ॥ १२ ॥

चिकित्सितशरीरं हि न निष्क्रीणाति यो नरः ।
तेन यत्क्रियते पुण्यं तत्फलं भिषगश्नुते ॥ १३ ॥

इलाज कराकर लोभवशहोकर जो मनुष्य वैद्यको दक्षिणा नहीं देता वह पुरुष जो कुछ पुण्य करताहै उसका फल वैद्य भोगता है ॥ १३ ॥

सञ्चयं च प्रकोपं च प्रसारं स्थानमेव च ।

दोषाणां च हि यो वेद स भवेद्भिषगुत्तमः ॥ १४ ॥

रोगोंका इकट्ठा होना, कुपित होना, फैलना और स्थान और दोष इन सब को जो जाने वो उत्तम वैद्यहै ॥ १४ ॥

व्याधेस्तत्त्वपरिज्ञानं वेदनायाश्च निग्रहः ।
एतद्वैद्यस्य वैद्यत्वं न वैद्यः प्रभुरायुषः ॥ १५ ॥

व्याधि (रोग) को अच्छी रीतिसे जानना और उसकी पीड़ाको दूरकरना यही वैद्यका वैद्यपनाहै किन्तु वैद्य आयु (उमर) का मालिक नहीं है। परंतु इसका अर्थ ऐसाभी होसक्ताहै कि रोगको यथार्थ जानना और उस की पीड़ाको दूर करनाही वैद्यका वैद्यपना नहींहै, किन्तु वैद्य उमरका भी मालिक है ॥ इस विषय में सुश्रुत लिङ्गपुराण आदिमें बहुत कुछ लिखाहै ॥ १५ ॥

कुचैलः कर्कशो दीनो ग्रामीणः स्वयमागतः ।
पञ्च वैद्या न पूज्यन्ते धन्वन्तरिसमा अपि ॥ १६ ॥

मलिन, फटे, पुराने कपड़े पहिननेवाला, बुरा बोलनेवाला, गरीब, गँवार (व्यौहार व बोलचाल न समझनेवाला) और जो आपही बगैर बुलाये आयाहो ये पांच प्रकारके वैद्य धन्वन्तरिके बराबर भी हों तौभी पूजनके लायक नहीं हैं ॥ १६ ॥

सुश्रुतं न श्रुतं येन हारीतं येन हारितम् ।
नालोकि चरकं येन स वैद्यो वैद्यनिन्दितः ॥ १७ ॥

जिसने सुश्रुतको नहीं सुना, हारीतशास्त्र को नहीं जाना और चरकसंहिता को नहीं देखा वह वैद्य वैद्योंमें निन्दितहै ॥ १७ ॥

सुश्रुतं सुश्रुतं येन किमन्यैर्बहुभिः श्रुतैः ।
सुश्रुतं न श्रुतं येन किमन्यैर्बहुभिः श्रुतैः ॥ १८ ॥

जिस वैद्यने सुश्रुतशास्त्र को अच्छी रीति से सुनाहै उसको और बहुत से वैद्यक ग्रन्थोंके सुनने से क्या प्रयोजनहै । और जिसने सुश्रुतको नहीं सुना उस को और बहुत से शास्त्रोंके सुनने से क्या होसक्ताहै । मतलब यहहै कि जिसने सुश्रुत नहीं जाना उसने कुछ नहीं जाना और जिसने सुश्रुतको जानलिया उसने सब कुछ जानालिया ॥ १८ ॥

श्रुतचरितसमृद्धे कर्मदक्षे दयालौ

भिषजि निरनुबन्धं देहभारं निवेश्य ।
भवति विपुलतेजः स्वास्थ्यकीर्त्तिप्रभावः
स्वकुशलफलभोगी भूमिपालश्चिरायुः ॥ १९ ॥

शास्त्रज्ञान और आचारसे पूर्ण, क्रिया में चतुर, और दयालु ऐसे वैद्यके ऊपर राजा अपने शरीरकी रक्षाका भार (बोझा) निर्विकल्प छोड़कर बहुत कालतक अपने आत्माका अच्छा फल भोगनेवाला बड़े तेजस्वी, शरीर से प्रसन्न, यशवाला, प्रभाववाला और दीर्घायु होताहै ॥ १९ ॥

पारंगतः सकलवैद्यकसंहितानां
सत्पाकशासनबुधो गुरुवत् प्रगल्भः ।
ब्रूयादिदं नरपतेः परिवेषकाले
धन्वन्तरिप्रतिभटो भिषजां वरेण्यः ॥ २० ॥

सम्पूर्ण वैद्यकसंहिताओं के पारको जाननेवाला, उत्तम पाकों के बनाने में चतुर, बृहस्पति के समान बुद्धिमान्, धन्वन्तरि के समान वैद्योंमें श्रेष्ठ वैद्य, राजा को परोसने के समय यह आगे कहेहुये वचन बोले ॥ २० ॥

देवावधारय शुभौदनसूपसर्पिः
पाटोलकं दृढफलं मृदुपर्पटं च ॥
मांसं च शाकसहितं शुचिपिष्टमन्नं
पक्वान्नपानकयुतं क्वथितं पयश्च ॥ २१ ॥

हे देव ! उत्तम भात, दाल, घृत, परवल, नालिकेर, कोमल पापड़, शाक, मांस, अच्छी पीठीसे बने पदार्थ, पानक याने शरबत वगैरह के सहित पक्वान्न और औटाया हुआ दूधको भोजन करनेकी इच्छाकरो ॥ २१ ॥

मधुरमधुरमादौ मध्यतोऽम्लैकभावः
कटुकटुकमथान्ते तिक्ततिक्तं तथैव ।
यदि सुखपरिणामं वाञ्छसि त्वं हि राजन्
त्यज खलजनसङ्गं भोजनं मा कदाचित् ॥ २२ ॥

भोजन के पहले मीठे २ पदार्थ और बीचमें खट्टे और निमकीन, अन्त में

तिक्त याने चरपरे कडुये और कषैले पदार्थों को सेवनकरो । हे राजा ! जो तुम सुख चाहतेहो तो दुष्ट मनुष्योंका साथ छोड़ो और भोजन मत छोड़ो ॥ २२ ॥

फलमादौ हि चाश्नीयाद्भोजनस्य नरोत्तम ।
विना मोचाफलं तद्वद्वर्जनीया च कर्कटी ॥ २३ ॥

हे राजा ! भोजन के शुरू में केला और ककड़ी को छोड़ अनार आदि फलों का भक्षण करना चाहिये ॥ २३ ॥

याममध्ये न भोक्तव्यं यामयुग्मं न लङ्घयेत् ।
याममध्ये रसोद्वेगो युग्मेऽतीते बलक्षयः ॥ २४ ॥

दिनके पहले प्रहर में भोजन न करै, और दूसरे प्रहर का उल्लंघन न करे। क्योंकि पहले प्रहर में रस की उत्पत्ति और दूसरे प्रहर में ताकत का नाश होता है । इस लिये पहले प्रहर को छोड़ दूसरे प्रहर में जरूर भोजन करना चाहिये ॥ २४ ॥

मात्राशी सर्वकालं स्यान्मात्रा ह्यग्नेः प्रवर्तिका ।
मात्रां द्रव्याण्यपेक्ष्यन्ते गुरूण्यपि लघून्यपि ॥ २५ ॥

सब काल में स्वस्थ वा आतुर मनुष्य को थोड़ा भोजन करना चाहिये क्योंकि मात्राही अग्नि को पैदा[1] करनेवाली है । गुरु[2] (भारी) और लघु[3] (हलके) पदार्थ, मात्रा की अपेक्षा करते हैं । सो आगे के श्लोक में इनकी मात्रा कहते हैं ॥ २५ ॥

अर्द्धं गुर्वन्नमश्नीयाल्लघ्वन्नं नातितृप्तितः ।
मात्राप्रमाणमादिष्टं सुखं येन विजीर्यते ॥ २६ ॥

मनुष्य के भोजन का जितना प्रमाणहो उसका आधा गुरु पदार्थ भोजन करे । और तृप्तिपर्यन्त हलका अन्न भोजन करे । जिससे सुखपूर्वक भोजन पचजावे वही मात्रा का प्रमाण कहागया है ॥ २६ ॥

भोजनं हीनमात्रं तु न बलोपचयौजसे ।

---

१ अग्निप्रवृत्तिः देहस्थितिहेतुः । अर्थ–अग्निकी उत्पत्ति से देह स्थित रहता है । तथाचोक्तम्-अग्निमूलबलंपुंसां बलमूलंहि जीवितम्, । अर्थ-मनुष्यों का अग्निमूल बल है और बलमूल जीवन है । २ पीठी, दूध, दाख, उड़द, अनूपमांस आदि गुरु पदार्थ हैं । ३ उत्तम जल, लाल चावल, मूंग, लाव, कपिंजल, हरिण, खरहा और शम्बर आदि लघु पदार्थ हैं ॥

सर्वेषां वातरोगाणां हेतुतां च प्रपद्यते ॥ २७ ॥
अतिमात्रं पुनः सर्वानाशु दोषान्प्रकोपयेत् ।

भूख से कम भोजन करने से बल, वृद्धि और तेज नहीं बढ़ता है। और सम्पूर्ण बातरोगों का कारण होता है। और भूख से जियादा भोजन सम्पूर्ण दोषों का शीघ्रही पैदा करता है ॥ २७ ॥

शाकाम्बरान्नभूयिष्ठं शीतमुष्णीकृतं त्यजेत् ॥ २८ ॥
अनात्मवन्तः पशुवद्भुञ्जते येऽप्रमाणतः ।
रोगानीकस्य ते मूलमजीर्णं प्राप्नुवन्ति हि ॥ २९ ॥

बहुल शाक और उड़द आदि से बना पदार्थ और दूसरे गरम किया हुआ ठण्ढे पदार्थ को भोजन न करै। जो अज्ञानी पुरुष, पशु की तरह वे अन्दाज भोजन करते हैं। वे मनुष्य रोगोंके मूलभूत अजीर्णको प्राप्त होतेहैं ॥२८।२९॥

आहारं पचति शिखीदोषानाहारवर्जितः पचति ।
दोषक्षये च धातून् पचति च धातुक्षये प्राणान् ॥ ३० ॥

जाठराग्नि भुक्त अन्न को पचाती है और वात आदि दोषों को पचाती है जब दोषों को भी पचाय चुकती है तब रस रुधिर आदि धातुओं को पचाती है। और धातु पचाने के बाद प्राणों को पचाती है। अर्थात् मारडालती है। इस कारण भूख में थोड़ा बहुत भोजन जरूर करना चाहिये ॥ ३० ॥

बुभुक्षितो न योऽश्नाति तस्याहारेन्धनक्षयात् ।
मन्दो भवति कायाग्निर्यथा चाग्निर्निरन्धनः ॥ ३१ ॥

जो प्राणी भूँख लगने पर भोजन नहीं करता उसके आहार रूप ईंधन के नाश होजाने से जाठराग्नि मन्द होजाती है। जैसे अग्नि विना ईंधन के मन्द होजाती है ॥ ३१ ॥

अत्यम्बुपानान्न विपच्यतेऽन्नमनम्बुपानाच्च स एव दोषः ॥
तस्मान्नरो वह्निविवर्द्धनाय मुहुर्मुहुर्वारि पिबेदभूरि ॥ ३२ ॥

बहुत जल पीने से (अग्नि शान्त होजाती है) इस से अन्न नहीं पचता और बिलकुल जल न पीने से भी (अन्न गीला नहीं होता) इस कारण नहीं पचता। इस कारण मनुष्य अग्नि के बढ़ाने के लिये थोड़ा २ जल ठहर २ के वारंवार पीवै ॥ ३२ ॥

भुक्तस्यादौ जलं पीतं कार्श्यमन्दाग्निदोषकृत् ।
मध्येऽग्निदीपनं श्रेष्ठमन्ते स्थौल्यं कफप्रदम् ॥ ३३ ॥

भोजन के आदि में पिया हुआ जल, दुबलापन, मन्दाग्नि आदि दोषों को करता है । भोजन के बीचमें पिया हुआ जल जठराग्नि को दीपन करता है और अन्त में जल पीने से मोटापन और कफकारक होता है । इस कारण भोजन के बीच में जल पीना अच्छा है ॥ ३३ ॥

तृषितस्तु न चाश्नीयात् क्षुधितो न पिबेज्जलम् ।
तृषितस्तु भवेद् गुल्मी क्षुधितस्तु जलोदरी ॥ ३४ ॥

प्यासा मनुष्य, भोजन न करे, और भूँखा जल न पीवे । क्योंकि प्यासा मनुष्य भोजन करे तो गुल्म (गोले का) रोग होता है और भूँखा जल पीवे तो उसके जलोदर (जलंधर) रोग होता है ॥ ३४ ॥

अत्युष्णान्नं बलं हन्ति शीतं शुष्कं च दुर्जरम् ।
अतिक्लिन्नं ग्लानिकरं युक्तियुक्तं च भोजनम् ॥ ३५ ॥

बहुत गरम अन्न बल को नाश करता है और ठण्ढा, सूखा और दुःख से पचनेवाला, बहुत गीला, अन्न ग्लानिकारक होता है । इस कारण योग्य भोजन करनाही अच्छाहै ॥ ३५ ॥

तृषितो मोहमायाति मोहात्प्राणान्विमुञ्चति ।
तस्मात्सर्वास्ववस्थासु न क्वचिद्वारि वार्यते ॥ ३६ ॥

प्यासा प्राणी बेहोश होजाता है । और बेहोश होजाने से प्राणों को छोड़ देताहै इस कारण सब अवस्थाओं में कहीं भी जल पीना मना नहींहै ॥ ३६ ॥

चयप्रकोपोपशमा वायोर्ग्रीष्मादिषु त्रिषु ।
वर्षादिषु च पित्तस्य श्लेष्मणः शिशिरादिषु ॥ ३७ ॥

ग्रीष्म आदि तीन ऋतुओं में वायु (बादी) का क्रमसे इकट्ठा होना कोप और शमन होता है । और वर्षा आदि तीन ऋतुओं में क्रमसे पित्तका संचय कोप और शमन होताहै । ऐसेही शिशिर आदि तीन ऋतुओं में क्रमसे कफ का संचय, कोप और शमन होता है ॥ ३७ ॥

राजन्नध्यशनं त्याज्यं त्याज्यं च विषमाशनम् ।

त्यजेद्विरुद्धमाहारं तत्सर्वं दोषकारकम् ॥ ३८ ॥

हे राजन् ! अध्यशन और विषमाशन त्याज्य है और विरुद्ध आहारभी त्याज्य है । क्योंकि ये तीनों प्रकार के भोजन दोषकारक हैं ॥ ३८ ॥

विद्यादध्यशनं भूयो भुक्तस्योपरिभोजनम् ।
अकाले बहुचाल्पं वा भुक्तं तु विषमाशनम् ॥ ३९ ॥

एक बार भोजन करके फिर उसके बिना पचेही दूसरी बार भोजन करने को अध्यशन कहते हैं । वैद्यक तन्त्रों में मनुष्यों को दो बार भोजन करने के लिये कहा है । भगवान् व्यासजी का वाक्य भी है " सायं प्रातर्मनुष्याणां भोजनं विधिनिर्मितम् ,, इति । अर्थात् मनुष्यों को भोजन विधि प्रातःकाल और सायंकाल के समय दो बार कही है । इस कारण भोजन करने के बाद उसके न पचने के पहलेही थोड़ी देर में फिर दुबारा भोजन करने का नाम अध्यशन है । अकाल याने बे वक्त में अपने भोजन के प्रमाण से बहुत वा कम खाना , विषमाशन है । अर्थात् मल मूत्र आदि त्याग करने के पूर्वही जो प्रमाण से कम वा ज्यादा भोजन करना विषमाशन कहलाता है ॥ ३९ ॥

वल्लीफलैरम्लकुलत्थशाकै-
र्मत्स्यैः सुरामांसतिलैः करीरैः ।
पिण्याकजम्बूलवणैश्च दध्ना
व्यस्तैः समस्तैश्च पयोविरोधि ॥ ४० ॥

घृतं धान्यं च तक्रेण दधिमद्यैश्च कुक्कुटाः ।
वरटा न हिता मद्यैः सुराकृशरपायसैः ॥ ४१ ॥

कपिञ्जरस्तित्तिरलावक्रौञ्च-
गोधामयूरावुरुबूकतैलैः ।
यथा विरुद्धाश्च तथा कपोता-
स्तैलेन भ्रष्टा अपि सार्षपेण ॥ ४२ ॥

एकध्यं बहुमांसानि विरुध्यन्ते परस्परम् ।
मधुसर्पिर्वसातैलपानीयानि यथाभृशम् ॥ ४३ ॥

बेलफल कोला आदि, कुलथाधान्य, खट्टे पदार्थ आमले आदि, इस प्रकार

के शाक, मत्स्यमांस, मद्य, मांरू, तिल, करीर (कैर), पिण्याक (खल) जामुन, लवण और दही ये सम्पूर्ण पदार्थ अथवा इनमें से कोईसे एक दो तीन पदार्थ दूधके विरोधी हैं। अर्थात् इन सम्पूर्ण द्रव्योंमें से किसी पदार्थ को भी दूधके साथ न खानाचाहिये। घृत और धनियां मट्ठाके साथ, दही और कुकुट (मुर्गा) का मांस मद्यके साथ, और मद्यके साथ खिचड़ी और खीर के साथ वरटका खाना विरोधीहै। जैसे कपिंजल (सफेदतीतर) जंगली तीतर, लाव (तीतरजाति) क्रौंच (हंसजातीय) गोधा, और मयूर इन सबोंके मांस जैसे एरण्ड के तैलसे बनाकर खानेसे विरोधी होतेहैं ऐसेही सरसों केतैलसे पकाये हुये कबूतर पारावत कबूतरजाति के मांस विरोधी होते हैं। और जैसे शहद, घृत, चर्बी, तैल और जल ये सम्पूर्ण पदार्थ आपसमें मिलाकर खाने से परस्पर विरोधी हैं, ऐसेही बहुत से मांसोंको एक साथ खानेसे या मिलाकर खाने से परस्पर विरोधी होतेहैं ॥ ४० । ४१ । ४२ । ४३ ॥

अशीतेनाम्भसा स्नानं पयःपानं नवाः स्त्रियः।
एतद्वो मानवाः पथ्यं स्निग्धमल्पं तु भोजनम् ॥ ४४ ॥

गरम जलसे स्नान, दूधपीना, नवीन स्त्रीसे भोग, स्निग्ध और थोड़ा भोजन ये चार वस्तु मनुष्यों को सदाही हितकारी हैं ॥ ४४ ॥

भोजनं बलकृत्सद्यः प्रीणनं देहधारणम्।
आयुस्तेजः स्वरोत्साहधृतिस्मृतिसुखप्रदम् ॥ ४५ ॥

आहार तत्काल बल करनेवाला, पुष्टाई करनेवाला, देहको धारण करने वाला, आयु, तेज, स्वर, उत्साह, धृति, स्मरण और सुखको देनेवालाहै ॥ ४५ ॥

भुक्त्वा संविशतस्तुन्दं बलमुत्तानशायिनः।
आयुर्वामकटिस्थस्य मृत्युर्धावति धावताम् ॥ ४६ ॥

भोजन करके बैठजाने से तोंद याने पेट बढ़जाताहै, ऊंचे नरम गद्दे पर सोने से बल बढ़ताहै और बाम करवट सोने से उमर बढ़ती है। और दौड़नेवालों के पीछे २ मौत दौड़ती है ॥ ४६ ॥

उपयुक्ता यत्र वयं तत्ते राजन्कदाचिदपि माभूत्।
जितशत्रोरपि नृपतेर्वद कस्य न वल्लभाः करिणः ॥ ४७ ॥

हे राजन्! हम जिस काम में नियत हैं वह आपके कभी न होय, अर्थात्

आपके रोग न हो। जिसने शत्रुओं को जीतलिया है उन राजाओं को क्या हाथी प्यारे नहीं होते? अर्थात् हाथी सबोंको प्यारे होते हैं। तात्पर्य यह है कि वैद्योंका काम रोग होनेपर पड़ताहै सो तुम्हारे कभी न हो। और जितशत्रु राजा के जैसे हाथी प्यारे होतेहैं वैसेही हमभी आपके प्यारे हैं ॥ ४७ ॥

अथ सूपकारप्रशंसा ॥

पितृपैतामहो दक्षः शास्त्रज्ञो मिष्टपाचकः।
शौचयुक्तोऽथ भक्तश्च सूपकारः स उच्यते ॥ ४८ ॥
भवेयुर्धार्मिकाः स्निग्धाः सूपकाराः क्रमागताः।
कृतोष्णीषाश्च शुचयस्तथा वैद्यवशेस्थिताः ॥ ४९ ॥
अन्येऽपि तत्र ये केचिच्चरन्ति परिचारकाः।
तेऽपि चैवंविधा एव तदध्यक्षोऽपि तादृशः ॥ ५० ॥
सूपकारपतिस्तत्र प्रायो वैद्यगुणान्वितः।
तत्रत्यजनतत्त्वज्ञस्तत्प्रशासनतत्परः ॥ ५१ ॥

अपने बाप दादेके समयसे याने परंपरा से जो अपने रसोई का काम करत आयाहो उसका बेटापोताहो, सूपशास्त्र को जाननेवाला, स्वादु पदार्थ बनानेवाला, पवित्र और स्वामी का भक्त, जो हो उसको सूपकार (रसोईदार) कहते हैं ॥ ४८ ॥ उस रसोईदार के पास और जो सूपकार हों वेभी धार्मिक, प्यारे बोलनेवाले, माथेपर पाग बांधेहुये, पवित्र और परंपरा से रसोई का काम करते आये हों और वैद्यके हुक्ममें चलनेवाले होने चाहिये ॥ ४९ ॥ और जे नौकर वहां आने जानेवाले हों वेभी धार्मिक, पवित्र होने चाहिये जो रसोईदारों के गुण कहेहैं उन सम्पूर्ण गुणों से युक्तहों और उन परिचारकों का जो मालिक हो वह भी वैसाही हो याने धार्मिक हो ॥ ५० ॥ और सूपकारपति याने रसोई करनेवालों का मालिक अकसर वैद्यके गुणों से युक्तहो याने जो गुण वैद्य के पहले कहआये हैं वे सम्पूर्ण गुण सूपकारपति में हों और वह वहां के मनुष्यों के अभिप्राय का जाननेवाला और उनको शिक्षा देनेमें तत्परहोवै ॥ ५१ ॥

जीवनं जीविनामन्नमृतूक्तं विधिपाचितम्।
तदेवाविधिना भुक्तं परिणामे विषोपमम् ॥ ५२ ॥

ऋतुओं में कहाहुआ और विधि से पकाया हुआ अन्न प्राणियों का जीवनहै। वह ही अन्न कुरीति से भोजन करने पर आखिरमें जहर के तुल्यहोताहै॥५२॥

ऋतूनां लक्षणं ज्ञात्वा ततस्तद्विधिमाचरेत् ।
अतएव प्रवक्ष्यं तच्चिह्नं तद्धिताहितम् ॥ ५३ ॥

इति श्रीनरवैद्यमन्मथात्मजक्षेमशर्म्मविनिर्मिते क्षेमकुतूहले ग्रन्थेवैद्याहारसूपकारप्रशंसनोनामतृतीयोत्सवः ॥ ३ ॥

ऋतुओं का लक्षण जान कर उससे ऋतुओंमें कही हुई विधि के मुताबिक चले । इसी कारण ऋतुओं का चिह्न और उनका हित और अहित कहतेहैं ॥ ५३ ॥

श्रीमाधवपुरोहितसिद्धान्तवागीशकृत भाषानुवाद में
तृतीय उत्सव समाप्त हुआ ॥

अथ चतुर्थोत्सवः प्रारभ्यते ॥

अथ ऋतुलक्षणचर्या ॥

शिशिरः पुष्पसमयो ग्रीष्मो वर्षा शरद्धिमः ।
माघादिमासयुग्मैः स्युः ऋतवः षट् क्रमादिमे ॥ १ ॥

शिशिर, वसन्त, ग्रीष्म, वर्षा, शरत् और हेमन्त ये छः ऋतु माघ आदि दो दो महीनों के क्रमसे होती हैं । जैसे माघ और फाल्गुन का महीना मिलकर शिशिर, चैत्र और वैशाख मास मिलकर वसन्त इसी प्रकार और भी ॥ १ ॥

उत्तरायणमाद्यैस्तैस्त्रिभिः स्याद्दक्षिणायनम् ।
आद्यमुष्णं बलहरं तत्रान्यद्बलदं हिमम् ॥ २ ॥

इन छः ऋतुओं में आदि की (शिशिर—वसन्त और ग्रीष्म) तीन ऋतुओं से उत्तरायण और शेष (वर्षा--शरत् और हेमन्त) तीन ऋतुओं से दक्षिणायन होता है । उत्तरायण गरम और बलको हरण करता है । और दक्षिणायन ठण्ढा और बल देनेवाला है ॥ २ ॥

अथ हेमन्तः ॥

तुषारजालैः पिहितानि यत्र
सबाष्पनीराणि मुखानि भानुः ।
प्रातः प्रसन्नानि करैः करोति
दिशां वधूनामिव खण्डितानाम् ॥ ३ ॥
प्रियङ्गुपुन्नागकरोध्ररेणु
व्रजैर्नभोवाति हिमाद्रिवायुः ।
आच्छादयन् धूमवितानलीढं
विद्यादृतुं तं हिमनामधेयम् ॥ ४ ॥

जिस ऋतु में ओस के जालों से ढके हुए और बाफ के सहित है जल जिसमें ऐसे दिशाओं के मुखों को, सूर्य अपनी किरणों से प्रातःकाल के समय खण्डिता स्त्रियों के मुखों की तरह प्रसन्न करता है। किसी दोषके कारण से तिरस्कार पाई हुई स्त्री को खण्डिता कहते हैं। यह खण्डिता स्त्री पति से तिरस्कार पाने के कष्ट से रोती है। उस रोती हुई स्त्री के आंसुओं को पति अपने हाथों से पोंछकर जैसे उसको प्रसन्न करता है वैसेही इस हेमन्तऋतु में रातको पड़ी हुई ओसको प्रातःकाल के समय सूर्य अपनी किरणों से साफ करता है। और जिस ऋतु में प्रियंगु याने फूल प्रियंगुके वृक्ष, पुन्नाग (नाग-केसर), रोध्र (लोधके वृक्ष), रेणु याने हरेणु (निर्गुण्डी के वृक्ष अर्थात् सम्हालू के वृक्ष) इनसे संयुक्त हिमालय पर्वत के ऊपर से चलाहुआ ठण्ढा पवन धूँआं के पटलों से ढके हुए आकाश को ढकता हुआ बहता है उसको हेमन्त ऋतु जानो। अर्थात् यह सम्पूर्ण लक्षण जिस ऋतु में दीखपड़ें उस को हेमन्त ऋतु जानना चाहिये ॥ ३ । ४ ॥

नीहारानिलसंस्पर्शाद्बलवान्मारुतो यतः ।
अतो हेमन्तसमये सेव्या शुण्ठ्या हरीतकी ॥ ५ ॥

शीतल हवा के लगने से शरीर के भीतर का वायु बिगड़ताहै। इस कारण हेमन्त ऋतु में सोंठके साथ हरड़का सेवन करना चाहिये ॥ ५ ॥

तिलतैलेन शिरसो गात्रस्याभ्यङ्गमाचरेत् ।

सेवेतादित्यकिरणान्निर्धूमं च हुताशनम् ॥ ६ ॥

तिलों के तैलसे शिर और सम्पूर्ण शरीर का मार्जिश करें । इस में धूप और आगका सेवन करना चाहिये ॥ ६ ॥

आच्छादयेच्च कौशेयं प्रावारं चित्रमम्बरम् ।
कर्पासकं नवं सेव्यं गृहं चागुरुधूपितम् ॥ ७ ॥

रेशमीवस्त्र, कम्बल, नाना प्रकार के रंगीन वस्त्र और नई रूई के भरे हुए ओढ़ने, बिछौने वस्त्र और अगुरु से धूपित घर, इन सबों का सेवन करना चाहिये ॥ ७ ॥

हेमन्ते कटुतिक्तोष्णमम्लक्षारं घृतं दधि ।
गोधूमतिलमाषेक्षुविकारान् भक्षयेद्बहून् ॥ ८ ॥

हेमन्तऋतु में कटु (सोंठ, मरिच और पीपल) तिक्त (गुडूच्यादि) गरम खट्टे, खारे पदार्थ, घृत, दही, गेहूँ, तिल, उरद और शक्कर आदि पदार्थों का भक्षण करे ॥ ८ ॥

औदकानूपमांसानि कोलब्रध्नप्रलेहितान् ।
हेमन्ते सेवयेन्नित्यमाशु शीतातिशान्तये ॥ ९ ॥

हेमन्तऋतु में शीत की शीघ्र शान्ति के लिये मत्स्य आदि जलजन्तुओं का और जल के प्रान्त में रहनेवाले (भैंसा, गैंड़ा चकवाआदि) जन्तुओं का मांस और शूकरका मांस प्रतिदिन सेवन करे । याने इन सबों के मांसों का भक्षण करै ॥ ९ ॥

कस्तूरिकागुरुविमिश्रितकुङ्कुमार्द्र-
देहां निवेश्य रमणीं रतिखेदखिन्नः ।
शेते कृती हिमविशालनिशागमेषु
तारुण्यपीनकुचयोगनिरस्तशीतः ॥ १० ॥

कस्तूरी, धूप, केसर आदि सुगंधित पदार्थों से सुगंधित शरीरवाली स्त्री के नवीन कुचों के संयोग से विरही जन शीतको दूरकरके हेमन्त ऋतु की महारात्रि में शयन करते हैं ॥ १० ॥

इति हेमन्तः ॥

अथ शिशिरः ॥

यत्रामृतद्युतिकरव्रजसन्निकाशै-
र्व्याप्ता दिशश्च विदिशश्च तुषारजालैः ।
रुद्धं नभश्च हिमपीडितवच्च वह्ने-
राशामुपैति तपनः शिशिरः सकालः ॥ ११ ॥

जिस ऋतु में चन्द्रमा की किरणों के समान हिमके जालों से पूर्व, पश्चिम, दक्षिण, और उत्तर दिशाएं और अग्निकोण आदि चारों विदिशाएं व्याप्तहों और वर्फ से सताये हुये की तरह आकाश रुकाहो और अग्निकोण में सूर्य उदयहो वह शिशिरकाल है याने ये सम्पूर्ण चिह्न शिशिर ऋतु में होतेहैं ॥ ११ ॥

हिमोक्तचर्या शिशिरेऽपि कार्या
पथ्या च सेव्या सह पिप्पलीभिः ।
पिष्टान्नकं सूरणशृङ्गवेर-
मिश्रं सदा सद्वटकादि भोज्यम् ॥ १२ ॥

शिशिर ऋतु में भी हेमन्तऋतु में कही चीजों का सेवन करना चाहिये और पीपल के साथ हरीतकी का सेवन करना चाहिये । पीठीसे बनेहुए पदार्थ जमींकंद और अदरख इनसे मिलेहुए उत्तम (वड़े, पकौड़ी आदि) भोजन करना चाहिये ॥ १२ ॥

इति शिशिरः ॥

अथ वसन्तः ॥

यत्रागस्त्यहरित्प्रवृत्तपवनव्याधूतचूतव्रजा-
रामोदारपरागपुञ्जपिहितं व्योमानिशं राजते ।
छन्नं रेणुचयैरिव स्मरविभोर्यात्रोद्धतैरिच्छतो
जेतुं सर्वजगन्ति स स्मरसखा ज्ञेयो वसन्तोदयः ॥ १३ ॥

जिस ऋतु में दक्षिण दिशाके पवन से कँपाये हुए आम्र वृक्ष वाग की धूलि के ढेर से ढका हुआ आकाश निरन्तर शोभा देता है । और जिस ऋतु में संपूर्ण संसार को जीतने की इच्छा करनेवाले कामदेव की जययात्रा में मरत

रेणु (बालू) ओं से हमेशा आकाश ढका हुआ हो उसको कामदेव का मित्र वसन्त ऋतु जानना चाहिये अर्थात् दक्षिण दिशा के पवन का चलना, आम्र के वृक्षों का फूलना और बहुत पवन चलने से धूलि उड़ कर आकाश को ढक लेना, यह संपूर्ण लक्षण वसन्त ऋतु के हैं ॥ १३ ॥

तत्र श्लेष्मा बलोपेतो रुणद्धि जठरानलम् ।
रोगान् करोति बहुशस्तेन पूर्वं कफं जयेत् ॥ १४ ॥

इस वसन्त ऋतुमें बलवान् कफ, जठरानल को रोक लेता है। और बहुत से रोगों को करता है इस कारण मनुष्य पहले कफ को जीते ॥ १४ ॥

हरीतकी क्षौद्रयुता च सेव्या
श्रमो विधेयश्च बलानुरूपः ।
भृङ्गावली कोकिलनादरम्या
रामाश्च रामासहितैर्निषेव्याः ॥ १५ ॥

वसन्त ऋतुमें शहद के साथ हरीतकी का सेवन करना चाहिये । और अपने बलके अनुसार श्रम (कसरत) करना चाहिये । भौंरों और कोकिलों के शब्दों के समान बोलनेवाली स्त्रियों को सेवन करना चाहिये ॥ १५ ॥

तीक्ष्णं रूक्षं च कटुकं कषायं तिक्तकं लघु ।
सेव्यं पुराणगोधूममुद्गशालियवादिकम् ॥ १६ ॥

तीक्ष्ण, रूखा, कडुवा, कषायल, तिक्त (नीम आदि) और लघु पदार्थ पुराने गेहूँ मूंग चांवल और जौ आदि का सेवन करना चाहिये ॥ १६ ॥

पलं मार्गं च शाशं च लावतित्तिरकादिकम् ।
सेव्यं सर्वरसोपेतं सुसूपस्कारपाचितम् ॥ १७ ॥

अच्छी सामग्री से पकाया हुआ सब रसों से युक्त हिरन चौगड़ा खरहा लवा तीतर आदि का मांस सेवन करना योग्य है ॥ १७ ॥

उद्वर्त्तनं चरेन्नित्यं दिवा स्वप्नं तु नाचरेत् ।
गुरु स्निग्धं च मधुरं शीतमम्लं च वर्जयेत् ॥ १८ ॥

प्रतिदिन उबटनकरे । और दिनका सोना गुरु स्निग्ध (चिकना) मधुर (मीठा) शीत (ठंडा) और अम्ल (खट्टा), इन संपूर्ण पदार्थों को त्यागदेवे ॥ १८ ॥

श्यामां प्रसन्नशशिबिम्बमुखीं विनिद्र-
पङ्केरुहाकृतिदृशं धृतचारुवेषाम् ।
आलिङ्गयमारुतचयं परिचुम्ब्य पित्तं
भुक्त्वाजयेत्कफरुजं स्मरमित्रकाले ॥ १९ ॥

पूर्ण चन्द्रमण्डल के समान मुखवाली, खिले कमल के समान नेत्रवाली और सुन्दर वेष को धारण करनेवाली सोलह वर्ष की स्त्री को आलिंगन करके, पवनों के समूहों को खाके और पित्त याने पित्तबहुल मांस अर्थात् कलेजी को खाके वसन्त काल में कफरोग को जीतना चाहिये ॥ १९ ॥

अथ ग्रीष्मः ॥

यत्र प्रचण्डतरचण्डकरप्रतापः
संशोषितद्रुमलतातृणवारिपूरः ।
उज्जृम्भते पवनवेगविकीर्णरेणु-
च्छन्ना भवन्ति च दिशः स निदाघकालः ॥ २० ॥

जिस समय में वृक्ष, बेल, घास और कूप, बावड़ी, ताल, नदी आदि सुखानेवाला प्रचण्ड सूर्य उदितहो और पवन के वेग से बिखरे हुए रेणुओं से दिशा ढकी हुई हों वह गरमी की ऋतु है ॥ २० ॥

निदाघे भास्करः प्राणितेजः क्षिपति भानुभिः ।
स्निग्धच्छायं गृहं सेव्यं सेव्या पथ्या गुडान्विता ॥ २१ ॥

ग्रीष्म ऋतुमें सूर्य अपनी किरणों से जीवों के तेजको खींचताहै । इस ऋतु में चिकनी छायावाले मकान और गुड के साथ पथ्या (हरें) का सेवन करना योग्य है ॥ २१ ॥

सुधौतानिच वस्त्राणि सेव्यान्यातपशान्तये ।

धूप की शान्ति के लिये अच्छे धुले हुए वस्त्र पहनने चाहिये ॥

आरामभूरुहनिरस्तरविप्रतापा
वाप्यः प्रसन्नकमलाः कमलाकराश्च ।
नद्यश्च चन्दनरसो घनसारमिश्रः
सेव्याः स्रजो विधुरुचश्च निदाघकाले ॥ २२ ॥

बाग के वृक्षों से दूर हुआहै सूर्य का आतप जिनका ऐसी बावड़ी, स्वच्छ हैं जल जिन के ऐसी कमलों की खानि नदियां, कर्पूर से मिला हुआ चन्दन का रस, पुष्पों की माला और चन्द्रमा की किरणें ये संपूर्ण ग्रीष्म ऋतु में सेवन करने योग्यहैं ॥ २२ ॥

भोज्यं शीतं च मधुरं पलं तृष्णाहरं मृदु ।
स्निग्धं द्रवं रसालादिपानकं शीतलं पिबेत् ॥ २३ ॥

ठंढा और मधुर भोजन और प्यास को मिटानेवाला कोमल मांस, भोजन करै । रसाला आदि चिकने, पतले और ठंढे पानक को पीवे ॥ २३ ॥

सक्तूनालोड्य तांच्छीतवारिणा शर्करान्वितान् ।
भक्षयेच्छीतलं वारि पिबेत्कर्पूरवासितम् ॥ २४ ॥

शर्करा से मिले हुए सत्तू को ठंढे जल से घोलकर खावे और कर्पूर से सुगन्धित ठंढे जलको पीवे ॥ २४ ॥

त्यजेत्कटुकतिक्तोष्णलवणाम्लविदाहकृत् ।
व्यायामं शीधुपानं च भास्करस्य च दीधितिम् ॥ २५ ॥

इति ग्रीष्मः ॥

कटु (सोंठ, मरिच, पीपल आदि), तिक्त (नीम आदि), गरम, लवण और बदहजमी करने के कारण से छाती के भीतर जलन करनेवाले पदार्थ, कसरत, मद्यपान और सूर्य की किरणें (आतप) इन सबों का त्याग करना चाहिए ॥ २५ ॥

अथ वर्षा ॥

यत्रेन्द्रनीलनिभवारिधरैर्निरुद्धा
काष्ठा नभश्च विमला कुरुते न भानुः ।
अम्भःसमीकृतमरुस्थलनिम्नगाभिः
श्यामा तृणैरभिनवैः खलुतास्म वर्षा ॥ २६ ॥

जिस समय इन्द्र नीलम के समान बादलों से दिशा और आकाश ढके हों और सूर्य उनको निर्मल न करताहो । और जलसे एकसार मरुस्थल(मारवाड़) की नदियों से और नवीन तृणों से काली भूमि होरही हो वह वर्षा ऋतुहै । २६॥

सशीकरमरुत्स्पर्शाद्धरणीबाष्पयोगतः ।
सविषाविलतोयैश्च दोषाः स्युस्तत्र कोपिनः ॥ २७ ॥

जलकणों के सहित पवनके स्पर्श से और भूमि से निकली हुई बाफके योग से और जहर से मिले हुए मैले जलों से उस वर्षा ऋतुमें दोष (वात, पित्त, और कफ) कुपित होते हैं, याने बिगड़ जाते हैं ॥ २७ ॥

पथ्या सैन्धवसंयुक्ता सेव्या गेहं समुन्नतम् ।
शुष्कं प्रकाशवच्चित्रं सर्वतोगुरुधूपितम् ॥ २८ ॥

वर्षा ऋतुमें सैन्धव लवण के साथ हर्रे का सेवन और सूखे प्रकाशमान चित्र विचित्र और चारों तरफ़ अगुरु से धूपित ऐसे ऊँचे मकानों का सेवन करना चाहिये ॥ २८ ॥

स्निग्धमम्लं सलवणं पलं शालियवादिकम् ।
मस्तुसैन्धवसंयुक्तं पञ्चकोलावचूर्णितम् ॥ २९ ॥

लवण के साथ स्निग्ध, अम्ल पदार्थ मांस और चांवल जव आदि धान्य को खाना चाहिये । सैन्धव लवण के साथ पंचकोलके चूर्ण से मिले हुये दही को घोलकर खाना चाहिये । अर्थात् दहीके घोलमें सैंधालवण और पंचकोल का चूर्ण छोड़ कर खाना चाहिये ॥ २९ ॥

क्वथितं च निषेवेत दिव्यं कौपं जलं पिबेत् ।
अवेद्यानैकगमनः शुष्कधूपितवस्त्रवान् ॥ ३० ॥

औटाया हुआ जल याने दिव्य मेघ का जल और कुयें का जल पीवे । और इस ऋतुमें मनुष्य सूखे और धूपसे सुगन्धित वस्त्रों को धारण करै और सवारी से गमन करै ॥ ३० ॥

सरोनद्यादिसलिलं स्नानपाने विवर्जयेत् ।
दिवास्वप्नं श्रमं घर्मं प्रावृट्काले न सेवयेत् ॥ ३१ ॥

स्नान और पीने में सरोवर, नदी आदि का जल न लेवे । दिन का सोना मेहनत और धूप इन सबों का वर्षाकालमें सेवन न करै ॥ ३१ ॥

---

१ पिप्पलीपिप्पलीमूलचव्यचित्रकनागरैः ॥ पञ्चकोलमिति प्रोक्तं कफवातरुजापहम् ॥ अर्थ—पीपल, पीपरामूल, चाव व चीत और सोंठ मिलकर पंचकोल होता है यह कफ और वात रोगको नाश करताहै ॥

अथ शरत् ॥

यत्रोज्ज्वला जलमुचो विकशेन्दुबिम्ब
तारंनभो विकचनीरजकैरवाणि ।
नीराणि मानसनिभानि सतां विभाति
काशानि कीर्तिसदृशानि च सा शरत्स्यात् ॥ ३२ ॥

जिस समय में सफेद मेघहों, प्रकाशमान चन्द्रमण्डल और तारे आकाश में हों, कमल और कैरव (चन्द्रविकाशी कमल) खिलेहों, सत्पुरुषों के मन के समान स्वच्छ जलहों और यशके समान कास प्रकाशमानहों वह शरद् ऋतुहै ॥ ३२ ॥

पित्तं प्रावृट्समुत्पन्नं शरत्काले प्रकुप्यति ।
तेन शर्करया सार्द्धं सेवनीया हरीतकी ॥ ३३ ॥

वर्षाऋतु में पैदाहुआ पित्त शरत्काल में बिगड़ताहै । इस कारण शर्कराके साथ हर्रै का सेवन करना चाहिये ॥ ३३ ॥

कषायं मधुरं तिक्तं शीतलं जाङ्गलं पलम् ।
शालिमुद्गान्नमश्नीयात् पिबेद्दुग्धं सशर्करम् ॥ ३४ ॥

कषाय हर्रै वगैरह, मधुर (कांकोल) तिक्त (गुड़च) शीतल और जांगल मांस याने मरुदेशके मृगादि जन्तुओं का मांस, चावल और मूंग इन सबों को खावे, और खांड़ के सहित दूध पीवे ॥ ३४ ॥

धात्रीपटोलगव्याज्यं सर्वमिक्षुविकारजम् ।
सेव्यं नदीसरोवारि करजालं च शीतगोः ॥ ३५ ॥

आमलक, परवरकेपत्ते, गौका घृत, सम्पूर्ण इक्षुविकार (गुड़, मिश्री आदि) से बना पदार्थ, नदी, सरोवर का जल, और चन्द्रमा की किरणें ये सम्पूर्ण सेवने योग्य हैं ॥ ३५ ॥

तीक्ष्णमम्लं च लवणं दधितैलासवातपम् ।
दिवास्वप्नं पुरोवातं शरत्काले विवर्जयेत् ॥ ३६ ॥

इति शरत् ॥

तीखा, अम्ल, लवण, दधि, तैल, मद्य, घाम, दिनका सोना और पुरवाई पवन ये सम्पूर्ण शरत् ऋतु में त्याग देवे ॥ ३६ ॥

पूर्वर्तुमान्त्यसप्ताहाद्भाविनो विधिमाचरेत् ।
ऋतोर्लक्षणसंयोगाद्दतुसन्धिर्युतो भवेत् ॥ ३७ ॥

पहिले ऋतुके अखीर में सात दिन पहिले से आगे आनेवाली ऋतु का आचरण करै। दोनोंऋतुओं के लक्षणों के योग से ऋतु सन्धियुक्त होता है ॥ ३७॥

स्थानं मयोक्तं ऋतुसेव्ययोग्यं सर्वस्य द्रव्यस्य गुणागुणं च ।
ऋतूक्तभोज्यं ऋतुलक्षणं च त्वथोच्यते प्रत्यहकृत्यकर्म ॥ ३८ ॥

इति श्रीनरवैद्यमन्मथात्मजक्षेमशर्मविनिर्मिते क्षेमकुतूहले ग्रन्थेऋतुलक्षणचर्याप्रशंसनोनामचतुर्थोत्सवः ॥ ४ ॥

छ ऋतुओं में सेने योग्य स्थान, संपूर्ण द्रव्यों के गुण--दोष, ऋतुओं में कहा हुआ भोजन, और ऋतुओं का लक्षण, संपूर्ण मैंने कहा है अब इसके पीछे प्रतिदिन के करने योग्य कार्यों को कहते हैं ॥ ३८ ॥

श्रीमाधवपुरोहितसिद्धान्तवागीशकृतभाषानुवादमें
चौथाउत्सवसमाप्तहुआ ॥

अथ दिनचर्या ॥

प्रातःकाले समुत्तिष्ठेत्स्वस्थो रक्षार्थमायुषः ।
शरीरशुद्धिं निर्वृत्य कृतशौचविधिर्नरः ॥ १ ॥

स्वस्थ[1] प्राणी अपनी आयु की रक्षा के लिये प्रातःकाल[2] उठकर शरीर की शुद्धि याने स्नान वगैरह करै ॥ १ ॥

केशपाशे प्रकुर्वीत प्रसाधन्यादिशोधनम् ।
मुखस्यालोकनं कुर्याद्दर्पणेन विचक्षणः ॥ २ ॥

बालों को कंघेसे सुधारे और साफकरै फिर बुद्धिमान् पुरुष शीशे में मुख को देखै ॥ २ ॥

ततो हि दन्तनिर्लेखं प्रकुर्याद्विधिना नरः ।
क्षीरतिक्तकषायाणां द्वादशाङ्गुलमायतम् ॥ ३ ॥

---

१ दोष, अग्नि, धातु, बल और कर्म जिस के समान हों और इन्द्रिय, मन देह प्रसन्नहों उसको स्वस्थ कहते हैं ॥

२ सूर्योदय के पूर्व, और भावप्रकाश आदि में ब्राह्म मुहूर्त (चारघड़ीरात) में उठना लिखा है ॥

कनिष्ठाग्रसमस्थौल्यं ख्यातवृक्षस्य शोभनम् ।
आयुर्बलं यशोवर्चः प्रजाः पशुवसूनि च ॥ ४ ॥
ब्रह्मप्रज्ञां च मेधांच त्वन्नो देहि वनस्पते ।
इत्यादिस्तुतिवाक्येन यद्गृहीतं वनस्पतेः ॥ ५ ॥
प्रयच्छ मद्भृशं कर्तुरायुः श्रीर्धीर्यशः स्थितिम् ।
द्वादशाङ्गुलविप्राणां क्षत्रियाणां दशाङ्गुलम् ॥ ६ ॥
अष्टाङ्गुलं तु वैश्यानां शूद्राणां तु षडङ्गुलम् ।
दन्तकाष्ठं तु गृह्णीयात्स्त्रीणां तच्चतुरङ्गुलम् ॥ ७ ॥
भक्षयेद्दन्तकाष्ठाग्रं दन्तमांसान्यपीडयन् ।
जिह्वानिर्लेखनं कुर्यात्प्राङ्मुखोऽथाप्युदङ्मुखः ॥ ८ ॥

• दर्पण देखने के बाद मनुष्य आगे कहीहुई विधि से दांतों को साफकरे याने दांतन करे दूधवाले वृक्षों में महुआ, वट आदि, तिक्त वृक्षों में नीम, करंजआदि, कषायले वृक्षों में खैर आदि ख्यात (मशहूर) वृक्षों के सीधे, नरम, गांठ, गड्ढे आदि से रहित अच्छे बारह अंगुल लंबा और कनिष्ठा याने छोटी अंगुली के समान मोटा दांतन होवे यह आगे कहीहुई स्तुति करके लेवे। वनस्पति की स्तुति-हे वनस्पते ! आप हमको आयु, बल, यश, तेज, संतति, पशु, धन, ब्रह्म, प्रज्ञा और बुद्धि को दे इत्यादि स्तुति से दांतन ग्रहण करनेवाले को बहुत आयु, धन, बुद्धि, यश और स्थिति को दो। ब्राह्मण १२ बारह अंगुल लंबा, क्षत्रिय १० दश, वैश्य ८ आठ, शूद्र ६ छः और स्त्री ४ चार अंगुल लंबा दांतन लेवे और पूर्व या उत्तर दिशाकी तरफ मुखकरके दांतन करै ॥ ३ । ४ । ५ । ६ । ७ । ८ ॥

अलाभे दन्तकाष्ठस्य निषिद्धदिवसेषु च ।
अपां द्वादशगण्डूषैर्मुखशुद्धिर्विधीयते ॥ ९ ॥

दांतन मिलनेपर अथवा जिन दिनों में दांतन करना मनाहो उन दिनों में जल के १२ बारह कुल्ला करने से मुख शुद्ध कियाजाता है ॥ ९ ॥

रसनादन्तजा रोगा वैरस्यं मलसम्भवः ।
न भवन्ति मुखे तेन वैशद्यं लाघवं भवेत् ॥ १० ॥

दांतन करने से जीभ और दांतों के रोग, मैल से पैदा हुआ मुखका बे-

जायकापना नहीं होताहै । और मुखमें सफाई और हलकापना होताहै ॥ १० ॥

ततो गण्डूषकरणं कफकण्डूमलापहम् ।
मुखप्रक्षालनं कार्यं पयसा शीतलेन च ॥ ११ ॥
रक्तपित्तास्यसंशोषनीलिकाव्यङ्गनाशनम् ।
कुर्याद्वापि कदुष्णेन पयसास्यविशोधनम् ॥ १२ ॥
कफवातहरं स्निग्धं मुखदोषविनाशनम् ।

दांतन करनेके पीछे कफ, खाज और मैलको दूर करनेको कुल्ले करना चाहिये ठण्ढे जलसे मुखको धोनेसे रक्तपित्त, मुखशोष, नीलिका और व्यङ्ग को दूरकरताहै । कुछ गरमजल से भी मुखशोधन करे याने मुखको धोवे यह कफ, वातको हरण करताहै । चिकनाई करताहै और मुखके दोषोंको दूरकरताहै ११।२१॥

औषधं चात्र सेवेत सद्वैद्यप्रतिपादितम् ॥ १३ ॥
जातरोगनिवृत्त्यर्थमाग्नेयं वलवर्द्धनम् ।
ताम्बूलं भक्षयेत्पश्चाद्द्विजशेषं तु शोभनम् ॥ १४ ॥
तीक्ष्णोष्णं कफवातघ्नं मुखवैशद्यकारकम् ।
ततोऽधिकारिणः सर्वे स्वाधिकारेषु योजयेत् ॥ १५ ॥

मुखशोधन के वाद सम्पूर्ण रोगोंकी निवृत्ति के अर्थ अग्नि और वलवर्धक अच्छे वैद्यके वनाये औषध का सेवनकरे । इसके पीछे पान खावे । यह पान दांतों को सुन्दर करेहै । तीक्ष्ण, गरमहै और कफ, वातको नाशकरताहै । मुखकी विशदता को करताहै । इसके पीछे सम्पूर्ण अधिकारियों को याने नौकर चाकर आदिकों को अपने २ कार्यमें लगावे ॥ १३ । १४ । १५ ॥

ततश्चोद्वर्तनाभ्यङ्गं कारयेच्च यथेप्सितम् ।
उद्वर्तनं कफहरं मेदोघ्नं शुक्रवर्द्धनम् ॥ १६ ॥
असृक् शोणितदं वल्यं कान्तिकृद्दोषनाशनम् ।

उसके पीछे उवटन और मालिश करे । यह उवटना करना कफ, मेदको हरण करताहै । शुक्र रुधिर और वलको करता है, यह कान्तिको करनेवाला और दोषोंको नाश करनेवालाहै ॥ १६ ॥

अभ्यङ्गमाचरेद्यस्तु स जराश्रमवर्जितः ।

दृष्टिप्रसादपुष्ट्यायुःस्वास्थ्यत्वक्पाददार्ढ्यवान् ॥ १७ ॥

जो मनुष्य तैल की मालिश को करताहै वह बुढापा और श्रमसे रहित होता है । और यह दृष्टि, शरीर, आयु, स्वास्थ्य, शरीरकी खाल, हाथ और पैर को दृढ करताहै ॥ १७ ॥

अद्भिः संसिक्तमूलानां तरूणां पल्लवादयः ।
वर्द्धन्ते हि यथा नृणां स्नेहसंसिक्तधातवः ॥ १८ ॥

जैसे वृक्षोंकी जड़ोंमें जल सींचने से वृक्षोंके डालपत्ते वगैरह बढते हैं, वैसेही वस्तिद्वारा मनुष्यों के तैलसे सींचेहुये अङ्ग बढते हैं ॥ १८ ॥

ततः स्नानं प्रकुर्वीत सुखोष्णेनैव वारिणा ॥ १९ ॥
तेन गात्राभिषेकस्तु भवत्येव बलावहः ।
अत्युष्णेनोत्तमाङ्गस्य बलहृत्केशचक्षुषाम् ॥ २० ॥

मालिश के पीछे सुहाते हुये गरमजल से स्नानकरे । यह स्नान बल करताहै । बहुत गरमजल से शिरस्नान करने से बाल और नेत्रोंके बलको हरण करताहै ॥ १९ । २० ॥

स्नानस्यानन्तरं सम्यग्वस्त्रेण तनुमर्दनम् ।
कान्तिप्रदं शरीरस्य कण्डूत्वग्दोषनाशनम् ॥ २१ ॥

स्नानकरनेके पीछे कपड़ेसे सम्पूर्ण शरीरको अच्छीतरहसे पोंछे । यह अंगका पोंछना कान्तिकारक, शरीरकी खुजली और खालके दोषोंको नाशकरताहै॥२१॥

शीतकाले तु कौशेयं काषायं घर्मवासरे ।
वर्षासु श्वेतवस्त्रं स्यादेवं वस्त्राणि धारयेत् ॥ २२ ॥

शरीर पोंछने के बाद शीतकाल में रेशमी गरमियोंमें काषाय याने कषैला (कषमी) और वर्षाकाल में सफ़ेद वस्त्र, धारणकरे ॥ २२ ॥

कौशेयं चित्रवस्त्रं वा रक्तवस्त्रं तथैव च ।
वातश्लेष्महरं तच्चु शीतकाले प्रधारयेत् ॥ २३ ॥
मेध्यं सुशीतं पित्तघ्नं काषायं वस्त्रमुच्यते ।
तद्धारयेद्घर्मकाले काषायं वस्त्रमुत्तमम् ॥ २४ ॥
शुक्लं च सुखदं वस्त्रं शीततापनिवारणम् ।

न चोष्णं न च वा शीतं तत्तु वर्षासु धारयेत् ॥ २५ ॥

रेशमी वस्त्र नानाप्रकार का ऊनवस्त्र, और लालरंग का वस्त्र, वात और कफको हरण करताहै । इस कारण इन वस्त्रोंको शीतकाल में धारण करे। कषेला (कोकमी) वस्त्र, शीतल और पित्तको नाश करताहै । इस कारण उसको गरमीकी ऋतु में धारणकरे । सफेद वस्त्र, सुखको देनेवाला, शीत और धूपको दूरकरताहै । यह सफेद वस्त्र न गरम और न ठण्ढाहै । इस कारण इस को वर्षाकाल में धारण करे याने पहले ॥ २३ । २४ । २५ ॥

गन्धेनोद्धर्तनं चादौ ततो लेपं प्रकारयेत् ।
कुङ्कुमं चन्दनंचैव कृष्णागुरुविमिश्रितम् ॥ २६ ॥
उष्णभावमिदं श्रेष्ठं शीतकाले तु शोभनम् ।
चन्दनं चाम्बुना युक्तं कर्पूरेण विमिश्रितम् ॥ २७ ॥
सुगन्धं च सुशीतं च घर्मकाले तु शोभनम् ।
चन्दनं घुसृणोपेतं मृगनाभिसमायुतम् ॥ २८ ॥
न चोष्णं न च वा शीतं वर्षाकाले प्रशस्यते ।

पहले गन्धसे उवटन करे और उसके पीछे लेपकरे। केसर और काली अगर मिलाकर घिसाहुआ चन्दन गरम होताहै इस कारण इसे शीतकाल में लगाना अच्छाहै । जल और कपूरसे मिलाहुआ चन्दन बहुत सुगन्धित और बहुत शीतलहोताहै, इसकारण इसको गरमियों में लगावे । केसर और कस्तूरी मिलाहुआ चन्दन न गरम और न शीतल होताहै इसकारण इसका लगाना वर्षाकाल में अच्छाहै ॥ २६ । २७ । २८ ॥

कुलाचारं तु कुर्वीत सन्ध्योपासनमादितः ॥ २९ ॥
सूर्योपास्तिंततःकुर्यादिष्टदेवस्यचार्चनम् ।
दत्त्वा दानं च विप्रेभ्यो गृह्णीयात्तेभ्यआशिषः ॥ ३० ॥

इसके पश्चात् सन्ध्योपासन आदि कुलाचार करे । फिर सूर्यनारायण की उपासना करे और इसके पश्चात् अपने इष्टदेव का पूजनकरे । पीछे ब्राह्मणों को दान देकर उनसे आशीर्वाद ग्रहणकरे ॥ २९ । ३० ॥

केशानां निचये कुर्यात्कस्तूर्याद्यनुलेपनम् ।

सुपुष्पाणि सुगन्धीनि नित्यं शीर्षे प्रधारयेत् ॥ ३१ ॥

क्लेदायाससमुद्भूतस्वेददुर्गन्धनाशनम् ।

चाक्षुष्यं दाघशमनं सौमनस्यं च जायते ॥ ३२ ॥

अपने मस्तकके केशोंमें कस्तूरी आदिका लेपकरे । और उत्तम सुगन्धवाले अच्छे पुष्पोंको नित्य मस्तक में धारणकरे। माला पहिने यह दुःख और परिश्रम से पैदाहुये पसीना और दुर्गन्धको नाशकरताहै । यह नेत्रोंको सुखकारी और गरमीको शान्त करताहै । पुष्पके धारण से मन प्रसन्नहोताहै ॥ ३१ । ३२ ॥

तीक्ष्णाग्रलुप्तकेतक्याः कोमलंधारयेद्दलम् ।

जातीपुष्पंतथावेला सेवती कुटजं तथा ॥ ३३ ॥

पाटला च बृहत्पुष्पं बकुलं चम्पकं तथा ।

श्रीखण्डंचैवगौलालं कस्तूर्या सह धारयेत् ॥ ३४ ॥

केतकी के पत्रकी तीखी अणीको काटकर केतकीका कोमल पत्र धारणकरे। चमेली के पुष्प वेला सेवती कुटज पाडर कूजा मौलसरी चम्पा श्रीखण्ड सफेद चन्दन गुल्लाव इन सम्पूर्ण पुष्पोंको कस्तूरीके साथ धारणकरे॥ ३३।३४॥

मन्दारं मरुवं चैव नीलोत्पलकुमुद्बकम् ।

रक्तोत्पलं यूथिपुष्पं कर्पूरैः सह धारयेत् ॥ ३५ ॥

पारिजात, मरुआ, नीलकमल, कुमुद, बक, लालकमल और जूही का पुष्प इन सब पुष्पोंको कपूरके साथ धारणकरना चाहिये ॥ ३५ ॥

अस्नातैर्मल्लिकाधार्या सुस्नातैर्जातिबैल्वजम् ।

अभ्यङ्गे केतकी धार्या धार्यं चोत्पलकं सदा ॥ ३६ ॥

स्नान के पहले मदयन्ती और स्नान के पीछे चमेली और बिल्वके पुष्पों को धारणकरे मालिश के समय केतकीका पुष्प धारणकरे और नीलकमल को सब कालमें धारणकरे ॥ ३६ ॥

जातीकुन्दंच नेवालं श्रीखण्डं बिल्वमल्लिकाम् ।

मकरन्देन संयुक्तं शिरसा धारयेन्नरः ॥ ३७ ॥

चमेली, कुन्द, नेवारी, सफेदचन्दन, बिल्व और मदयन्ती के पुष्पों को मस्तकमें धारण करे ॥ ३७ ॥

सर्वाण्येतानि तुल्यानि रसतो वीर्यतस्तथा ।
त्रिदोषशमनायैव सर्वकाले प्रधारयेत् ॥ ३८ ॥

यह पहल कहेहुये जाति, कुन्द आदिके पुष्प रस और वीर्य में समानहै । इनको त्रिदोष की शान्तिके लिये सब कालमें धारण करना उत्तमहै ॥ ३८ ॥

कैतकं बकुलं पुष्पं श्रीखण्डं शतपत्रकम् ।
गौलालं चम्पकं पुष्पं वातश्लेष्महरं परम् ॥ ३९ ॥
उष्णवीर्यं च तत्प्रोक्तं शीतकाले प्रधारयेत् ।

केतकी पुष्प, मौलसरी का पुष्प, सफेद चन्दन, कमल, गुलाला, चम्पा का पुष्प सम्पूर्ण वात और कफ का नाश करता है । और उष्ण वीर्य हैं, इस कारण इनको शीतकाल में धारण करे ॥ ३९ ॥

श्रीबकं मरुवं चैव नीलोत्पलसवरसकौ ॥ ४० ॥
कुब्जकं पाटलं चैव श्रीखण्डं च तथैव च ।
नात्युष्णं न च वा शीतं सर्वदोषनिबर्हणम् ॥ ४१ ॥
निर्मलं नेत्ररोगघ्नं वर्षाकाले प्रधारयेत् ।

बेल, मरुवा, नीलकमल, गुलाब, कुब्जक कूजा, पाडर, और सफेदचन्दन सम्पूर्ण पुष्प न बहुत गरम न ठंढे और सम्पूर्ण दोषोंको दूर करनेवाले निर्मल और नेत्रोंके रोगको नाश करनेवाले हैं । इस कारण इनको वर्षाकाल में धारण करे ॥ ४० । ४१ ॥

षड्यामं जातिकुसुमं नैवारं द्विमुहूर्तकम् ॥ ४२ ॥
त्रिरात्रमुत्पलं चैव पञ्चरात्रं तु केतकी ।
द्विरात्रं शतपत्रं तु चार्द्धरात्रं तु मल्लिका ॥ ४३ ॥
अहोरात्रं चम्पकं तु यूथीपुष्पं मुहूर्तकम् ।
श्रीखण्डमेकरात्रं तु बकुलं माधवी तथा ॥ ४४ ॥
श्रीपर्णं यावदाहारं तावत्कालं तु धारयेत् ।
मन्दारं मरुवं चैव दामनं च सुपाटलम् ॥ ४५ ॥
यावत्कालं भजेद्गन्धं तावत्कालं प्रधारयेत् ।

चमेली का पुष्प ६ छः प्रहरतक, नैवारका पुष्प ४ चारघड़ी तक, नील कमल का पुष्प ३ तीन रात्रि तक, केतकी का पुष्प ५ पांच रात्रितक, कमलका पुष्प २ दो रात तक, मल्लिका का पुष्प अर्द्धरात्र पर्यन्त, चम्पाका पुष्प एकदिन रात पर्यन्त, जूहीका पुष्प २ घड़ी पर्यन्त, श्रीखण्ड, बकुल और माधवीका पुष्प एक रात पर्यन्त, और श्रीपर्ण का पुष्प जबतक सुहावे तबतक धारणकरे। मन्दार, मरुवा, दोना और पाटल केपुष्प में जबतक सुगन्ध रहै तबतक धारण करै॥ ४२। ४३। ४४। ४५॥

त्रिदोषशमनी जाती महादाहविनाशिनी॥ ४६॥
सुगन्धं दोषशमनं गौलालं पुष्पमुच्यते।
पित्तहृद्विशदं चैव चाक्षुष्यं चोत्पलं स्मृतम्॥ ४७॥
श्लेष्मवातप्रशमनमुष्णवीर्यं च निर्मलम्।
पुष्पाणां प्रवरं चैव केतकीपुष्पमुच्यते॥ ४८॥

चमेली त्रिदोष और महादाह को नाश करती है। लाल पुष्प, सुगन्धवान् और दोषोंको दूर करता है। नीलकमल पित्तनाशक स्वच्छ और नेत्रों को हितकारी है। कफ और वातको शान्त करता है। गरमवीर्य और निर्मल केतकी के पुष्प को कहते हैं॥ ४६। ४७। ४८॥

ईषदुष्णं सुगन्धं च सुशीतं दृष्टिदायकम्।
शिरोभ्रमविनाशार्हं शतपत्रं तु शोभनम्॥ ४९॥

थोड़ा गरम, सुगन्धवान्, ठण्ढा और दृष्टिको हितकारी, माथेके चक्कर को दूर करनेवाला कमल का पुष्पहै॥ ४९॥

अधार्यं मल्लिकापुष्पं दृष्टिहानिकरं परम्।
चम्पकं वातशमनं चाक्षुष्यं विशदं शुभम्॥ ५०॥

दृष्टिको हानि करनेवाला मल्लिका का पुष्प, नहीं धारण करने लायक है वातको शान्त करनेवाला नेत्रों को हितकारी और विशद चम्पाका पुष्प अच्छा है॥ ५०॥

पाटलं च महच्छीतं श्लेष्मवातविवर्द्धनम्।
मन्दाग्निपित्तदोषघ्नं कर्णव्याधिविनाशनम्॥ ५१॥

पाटलं धारयेच्छ्रीमान् सम्यग्वाससमन्वितम् ।
ज्वरमूर्च्छापिपासाघ्नमायुष्यं दाघनाशनम् ॥ ५२ ॥

कफ, वातको बढ़ानेवाला, मन्दाग्नि और पित्तके दोषोंको नाश करनेवाला, कानकी व्याधिको नाश करनेवाला और बहुत ठण्ढा पाटल का पुष्प होता है ॥ ५१ ॥ श्रीमान् पुरुष अच्छी तरह से सुगन्ध के सहित पाटल के पुष्प को धारण करे । यह पाटल पुष्प दाघ ज्वर, मूर्च्छा और प्यासको नाश करता है और आयुको बढ़ाताहै ॥ ५२ ॥

हेमन्ते शिशिरे चैव शतपत्रं तु शोभनम् ।
वसन्ते केतकी धार्या घर्मे नैवालमालती ॥ ५३ ॥
प्रावृट्सु पाटलं धार्यं चम्पकं शरदि स्मृतम् ।

हेमन्त और शिशिर ऋतु में कमलका पुष्प अच्छा है, वसन्त ऋतुमें केतकी, ग्रीष्म में नैवाल और मालती वर्षाकाल में पाटल का और शरद् ऋतु में चम्पाका पुष्प धारण करना अच्छाहै ॥ ५३ ॥

भूषणैर्भूषयेदङ्गं यथाविभवसारतः ॥ ५४ ॥

अपनी सामर्थ्य के अनुकूल भूषणों से अपने शरीरको भूषित करे ॥ ५४ ॥

शुचिसौभाग्यसन्तोषदायकं काञ्चनं स्मृतम् ।
रत्नानि भूषणञ्चापि धारणं ग्रहतुष्टिकृत् ॥ ५५ ॥

सुवर्ण के कटक, कुण्डल आदिका धारण, शुचि, सौभाग्य और संतोष को देनेवाला कहाहै । रत्न और भूषणों के धारण करनेसे ग्रह (सूर्य, चन्द्र आदि नवग्रह) प्रसन्न होतेहैं ॥ ५५ ॥

धर्मसंग्रहणं कार्यं दीनदानोपवासकैः ।
स्वबन्धुपितृदेवानां ब्राह्मणानां च तर्पणम् ॥ ५६ ॥
कार्यं यशस्यमायुष्यं स्वर्ग्यं पापहरं परम् ।

गरीबों को दान और व्रतआदि से धर्मका संग्रह करना चाहिये व अपने बन्धु पितर, देवता और ब्राह्मणों का तर्पण करना चाहिये यह यश और आयु व स्वर्गदायक व पापहारक है ॥ ५६ ॥

---

(१) माणिकसे सूर्य, मोतीसे चन्द्रमा, मूंगा से मंगल, पन्नासे बुध, पुखराज से बृहस्पति,हीरासे शुक्र, नीलमणि से शनि, गोमेद से राहु और वैदूर्यमणिके धारण करनेसे केतु प्रसन्न होता है ।

ततो भोजनवेलायां कृताचारः सदात्मवान् ॥ ५७ ॥
देवान्पितॄन्समभ्यर्च्य कुर्यान्मङ्गलवीक्षणम् ।
लोकेऽस्मिन्मङ्गलान्यष्टौ ब्राह्मणो गौर्हुताशनः ॥ ५८ ॥
हिरण्यं सर्पिरादित्य आपो राजा तथाष्टमः ।
एतानि सततं पश्येन्नमस्येदर्चयेत्तथा ॥ ५९ ॥
प्रदक्षिणं सदा कार्यमायुर्धर्ममनुत्तमम् ।

फिर भोजन के समय सदाचार पुरुष देव और पितरोंको अच्छी तरह से पूजके मङ्गल पदार्थों का दर्शन करे। इस लोक में आठ वस्तु मांगलिक हैं जैसे ब्राह्मण, गौ, अग्नि, सुवर्ण, घृत, सूर्य, जल और आठवां राजा। इन मांगलिक पदार्थों को नित्य देखे, देव आदिकों को नमस्कार करे पूजन करे और परिक्रमा करे। इन दर्शन पूजन आदिका करना आयु व धर्मको बढ़ाता है॥ ५७। ५८। ५९॥

पत्नीविहितशृङ्गारं प्राप्य भोजनमण्डपम् ॥ ६० ॥
यथाचाग्निबलं वीक्ष्य कुर्याद्भोजनकं नरः ।
एक एव न भुञ्जीत यदीच्छेत्सिद्धिमात्मनः ॥ ६१ ॥
द्वित्रिभिर्बहुभिः सार्द्धं भोजनं तु दिवानिशम् ।
ततश्चाभीष्टसिद्धिः स्यात्तुष्टिकाम्यन्तु सम्पदः ॥ ६२ ॥

फिर शृङ्गारयुक्त अपनी स्त्री को साथले भोजनके स्थान में जाकर अपना अग्निबल याने भोजन पचानेकी सामर्थ्य देखकर मनुष्य भोजनकरै अपनी सिद्धि चाहनेवाला मनुष्य अकेला भोजन न करे। दिन और रात्रिमें दो, तीन वा बहुतों के साथ भोजन करने से अभीष्ट सिद्धि याने अपने मनकी इच्छा पूर्ण होती है और इसप्रकार भोजन करना तुष्टि और सम्पदाको देताहै॥ ६०। ६१। ६२।

ताम्बूलं भक्षयेत्पश्चाद्दत्वा विप्राय शोभनम् ।
मनसो हर्षणं श्रेष्ठं रतिदं मदकारकम् ॥ ६३ ॥
मुखरोगकृमिहरं ताम्बूलं रुचिकारकम् ।
भोजन के पश्चात् ब्राह्मणों को उत्तम पान देकर आप भक्षण करे। ग्र

ताम्बूल मनको प्रसन्न करताहै कामको देनेवाला, मदको करनेवाला, मुख क रोग और कीड़ोंको नष्ट करनेवाला और रुचिकारकहै ॥ ६३ ॥

दिवा स्वप्नं न कुर्वीत शयतो हि कफावहः ॥ ६४ ॥
दिवा स्त्रीगमनं नृणामायुःक्षयकरं भवेत् ।
धर्मशास्त्राणि सततं पुराणश्रवणं तथा ॥ ६५ ॥
कारयेद्विधिना सम्यगात्मतत्त्वविवेचनम् ।
सुखार्थाः सर्वभूतानामेताः सर्वाः प्रवृत्तयः ॥ ६६ ॥
सुखं च न विना धर्मात्तस्माद्धर्मपरो भवेत् ।

दिनमें न सोवे क्योंकि दिनमें सोने से कफ उत्पन्न होता है दिनमें स्त्रीसङ्ग करना मनुष्यों की आयुका क्षय करताहै। सदा धर्मशास्त्र और पुराणोंका श्रवण करे। और अच्छेप्रकार से आत्मतत्त्व का विवेचन याने आत्मज्ञान का विचार करै। ये सम्पूर्ण प्रवृत्तियां सम्पूर्ण प्राणियों को सुख के वास्ते हैं और धर्म के विना सुख नहीं होता, इस कारण मनुष्य धर्मपर याने धर्मकोही मुख्य समझकर करे ॥ ६४ । ६५ । ६६ ॥

हिंसास्तेयान्यथाकामं पैशुन्यं परुषानृते ॥ ६७ ॥
दुर्गोष्ठ्यहितचिन्ता च परद्रव्यस्य चिन्तनम् ।
पापकर्मेति दशधा कायवाङ्मानसैस्त्यजेत् ॥ ६८ ॥

जीवों का मारना, चोरी करना, बुरे कामों का करना, चुगली, कठोर वचन बोलना, झूठ बोलना, बुरे आदमियों के साथ सलाह करना, दूसरों का बुरा विचारना, दूसरे के द्रव्यकी चिन्ताकरना और पापकर्म ये दश पापकर्म शरीर, वाणी और मनसे छोड़ै ॥ ६७ । ६८ ॥

अवृत्तिव्याधिशोकार्त्ताननुवर्तेत शक्तितः ।
भक्त्या सेवेत मित्राणि न सेवेताहिताञ्जनान् ॥ ६९ ॥
आत्मवत्सततं पश्येत्सर्वजन्त्वापिपीलिकम् ।

जिनके कोई जीविका न हो, जो व्याधि और शोक से पीड़ितहों उनकी अपनी शक्ति के अनुसार सहायता करे। अपने मित्रों को भक्ति से सेवे और शत्रुओं को न सेवे। चींटी आदि ले संपूण जन्तुओं को अपने के समान देखे ॥ ६९ ॥

उपकारप्रधानः स्यादपकारपरेऽप्यरौ ॥ ७० ॥
काले हितं मितं ब्रूयान्नाहितं तु कदाचन ।
हिताभिभाषी सुमुखो भवेच्च करुणामृदुः ॥ ७१ ॥
नैकः सुखी न सर्वत्र विश्वस्तो न च शङ्कितः ।
न कश्चिदात्मनः शत्रुं नात्मानं कस्यचिद्रिपुम् ॥ ७२ ॥
प्रकाशयेन्नापमानं न च निःस्नेहता व्रजेत् ।
न पीडयेदिन्द्रियाणि नात्यर्थं लाडयेद् बुधः ॥ ७३ ॥
परस्पराविरुद्धोयस्त्रिवर्गस्तं समाचरेत् ।
अनुयायात्प्रतिपदं सर्वधर्मेषु मध्यमम् ॥ ७४ ॥
कृतरोमनखश्मश्रुशुद्धवेषधरो भवेत् ।
चैत्यपूज्यध्वजाशस्तच्छायाभस्मतुषाशुचीन् ॥ ७५ ॥
नाक्रमेच्छर्करालोष्टबलिस्नानभुवोऽपि च ।
नदीं तरेन्न बाहुभ्यां नाग्निस्कन्धमपि व्रजेत् ॥ ७६ ॥
सन्दिग्धनावं वृक्षं च नारोहेद्दुष्टयानकम् ।
नासंवृतमुखः कुर्यात् क्षुतं हास्यं विजृम्भणम् ॥ ७७ ॥
अङ्गानि मोडयेन्नैव नासीतोत्कटकश्चिरम् ।
नोर्द्ध्वजानुश्चिरं तिष्ठेन्नक्तं सेवेत न द्रुमम् ॥ ७८ ॥
तथा चत्वरचैत्यं च चतुष्पथसुरालयान् ।
सूनाटवीं शून्यगृहं श्मशानानि दिवापि च ॥ ७९ ॥
त्यजेद्दुष्टातपरजस्तुपारपरुषानिलान् ।
कूलच्छायानृपद्वेषिव्यालदंष्ट्रिविषाणिनः ॥ ८० ॥

अपने शत्रुके साथ भी भलाई करे ॥ ७० ॥ समय पर हितकारी थोड़ा वचन बोले और बुरा तो कभी न बोले हितकारी वचन बोलनेवाला, भौंहें न टेढ़ी करै और दया से हराचित्तवाला होय ॥ ७१ ॥ जिससे केवल आपही सुखीहो और सबोंको दुःख होय ऐसा काम न करे, सबका विश्वास न करे।

और संपूर्ण मित्रजन में अविश्वासी भी न बने। अपने किसी भी शत्रुको प्रकट न करे, और अपने को भी किसी का शत्रु होना प्रकट न करे ॥ ७२ ॥ अपने अनादरको प्रकाश न करे और हितरहित भी न होय। इन्द्रियों को न बहुत पीड़ित करे और न बहुत प्यार करे ॥ ७३ ॥ धर्म अर्थ और कामके समुदाय को त्रिवर्ग कहते हैं। इस त्रिवर्ग से अविरुद्ध कर्म को करे। संपूर्ण धर्मोंमें मामूली आचरण करे, अर्थात् किसी एक धर्म में पाबन्द न होय ॥७४॥ केश-नख और दाढ़ी-मूंछ बनायके शुद्ध वेष को धारण करनेवाला होय। चैत्य याने जिसमें देवता का निवास होय ऐसा सुप्रसिद्ध वृक्ष, पूज्य याने गुरु-गुरुका पुत्र आदि ध्वजा-पताका आदि चिह्न, चाण्डाल मेहतर आदिकी छाया, राख, भूसी, खराब वस्तु मईन पाषाण जैसे मृत्तिका के टुकड़े मिट्टी का ढेला. देवपूजन और स्नान करने की ज़मीन इन सबों का आक्रमण न करे। अर्थात् इन संपूर्ण वस्तुओं को न उलांघे। हाथोंसे तैरके नदीके पार न जावे और आगके ढेरके सामने न जाय ॥७५।७६॥ जिसके टूटने आदि का सन्देह होय ऐसे नाव और वृक्षके ऊपर न चढ़े। और बदमाश हाथी घोड़ेके ऊपर न चढ़े। सभामें सबके सन्मुख मुखकरके हँसे नहीं. छींके नहीं और जँभुवाई न लेवे ॥ ७७ ॥ अपने शरीरके हाथ पांव आदि अङ्गों को न मोड़े. और बहुत देरतक उत्कट रीति से और घुटनों के बल से न बैठे रात्रि में वृक्षको न सेवे ॥ ७८ ॥ ऐसेही जिस जगह नगर के रहनेवाले मनुष्य इकट्ठे होकर नानाप्रकार की बातें करें वह स्थान और चैत्य (जिसमें देव का निवास होय ऐसा सुप्रसिद्ध वृक्षादि), चौराहा और देवताओं के स्थान को रात्रि में न सेवे। जहां प्राणियों की हिंसा होतीहो वो स्थान-निर्जन देश, सूना घर-श्मशान इनको दिन में भी न सेवे ॥ ७९ ॥ बुरा आतप, बुरा रज और जिसमें जलकण आतेहों ऐसे कठोर पवन को छोड़े। नदी, तालाब आदि के तीर परके वृक्ष आदि की छाया. राजा से शत्रुता रखनेवाला, बालक और दाढ़वाले हिंसक जानवर और सींगवाले पशुओं को छोड़े, यानें इनका संग न करे ॥ ८० ॥

संध्यासु भोजनं स्वप्नं मैथुनाध्ययनं त्यजेत्।
गात्रवक्त्रनखैर्वाद्यं हस्तकेशावधूननम् ॥ ८१ ॥
मद्यातिसक्तिं विश्रम्भं स्वातन्त्र्यं स्त्रीषु च त्यजेत्।
शास्त्रं नृत्यं च गीतं च वाद्यं सेवेद्विचक्षणान् ॥ ८२ ॥

अत्यर्थं व्यसनं त्याज्यं कायवाक्चेतसां दमः ।
स्वार्थबुद्धिः परार्थेषु पर्याप्तमिति सद्व्रतम् ॥ ८३ ॥
निशि स्वस्थमनास्तिष्ठेन्मौनी दण्डी सहायवान् ।
एवं दिनानि मे यान्तु चिन्तयेदिति सर्वदा ॥ ८४ ॥

सायंकाल के समय भोजन, सोना, स्त्रीसंग, पढ़ना, शरीर, मुख और नखों से बाजे का बजाना, हाथ, पांव, केश आदि को धूनना, मद्य में आसक्ति और यथेच्छाचार ये संपूर्ण वर्जित हैं शास्त्रका सुनना सुनाना, नाच गान और वाद्यों का सेवन करे याने बाजे का सुनना आदि बुद्धिमान् पुरुष करैं। बहुत व्यसन का त्याग करे, शरीर, वाणी और मनको अपने वशमें रक्खे। स्वार्थबुद्धि और दूसरों के अर्थसाधन में हित करना, सब उत्तम आचरण हैं। रात्रि में स्थिरचित्त होकर चुपचाप दण्ड को पास रखकर सहायकों के सहित स्थित रहै मेरे दिन इस प्रकार बीतें यह सदा चिन्तन करे ॥ ८१। ८२। ८३। ८४ ॥

दुःखभाङ्न भवत्येवं नित्यं सन्निहितस्मृतिः ।
एवं कृत्स्नं दिनं नीत्वा रात्रिर्यामार्द्धिकावधिः ॥ ८५ ॥

इसप्रकार नित्य संपूर्ण कार्योंमें आचरण करता हुआ पुरुष दुःख नहीं पाता है। इसप्रकार चारघटी रात्रि पर्यन्त संपूर्ण दिनको व्यतीत करके आगे कहेहुये रात्रिका आचरण करे ॥ ८५ ॥

दिवासन्ध्यं वर्जयित्वा सदा पर्वदिनानि च ।
रात्रौ व्यवायं कुर्वीत योषिता निजया सह ॥ ८६ ॥
कुचैलां च कुशीलां च विधवां च परस्त्रियम् ।
नारीं नीचकुलोद्भूतां त्यजेत्सम्यग्विचक्षणः ॥ ८७ ॥

दिन और सायंकाल, और संपूर्ण पूर्वदिनों को छोड़ कर रात्रि में अपनी स्त्री के साथ आराम करे। मलीन फटे पुराने कपड़े पहननेवाली, बुरे आचरण वाली, विधवा, दूसरेकी स्त्री, और नीचकुल में पैदाहुई स्त्रीका बुद्धिमान् पुरुष सेवन न करे याने इन संपूर्ण स्त्रियोंके साथ विहार न करे ॥ ८६। ८७ ॥

वयोधिकां स्त्रियं गत्वा तरुणः स्थविरायते ।
वृद्धोऽपि तरुणीं गत्वा यौवनत्वमवाप्नुयात् ॥ ८८ ॥

युवा पुरुष, बुड्ढी स्त्रीके सङ्ग गमनकरने से बूढा होजाताहै। और वृद्ध पुरुष तरुणी स्त्री में गमनकरने से तरुण होजाताहै ॥ ८८ ॥

ऋतुकाले तु सुरतमवश्यं कारयेद्बुधः।
स्त्रीणां श्वासहतः पुंसो दुर्भगत्वं च जायते ॥ ८९ ॥

ऋतुकाल में याने रजोधर्म के पीछे स्त्रीके शुद्ध होनेपर बुद्धिमान् पुरुष अवश्य स्त्रीसंग करे। क्योंकि स्त्रियों के शाप से मनुष्य दुर्भग होजाताहै ॥ ८९ ॥

न ऋते षोडशाद्वर्षात्तथातिक्रान्तसप्ततेः।
स्त्रियं कामयमानस्य जायते हि बलक्षयः ॥ ९० ॥

सोलह वर्ष से छोटी और सत्तरवर्ष से बड़ी स्त्री के साथ मैथुन करनेवालेका बलक्षय याने बलका नाश होताहै ॥ ९० ॥

त्र्यहाद्वसन्तशरदोः पक्षाद्वृष्टिनिदाघयोः।
प्रकामं तु निषेवेत मैथुनं शिशिरागमे ॥ ९१ ॥

वसन्त और शरदृतु में तीन ३ दिन के अन्तर से। वर्षाऋतु और ग्रीष्म ऋतुमें पन्द्रह १५ दिन के अन्तर से और शिशिरऋतु में जब इच्छाहो तभी स्त्री के साथ मैथुन करे ॥ ९१ ॥

शीते रात्रौ दिवा ग्रीष्मे प्रावृट्सु घनगर्जिते।
वसन्ते च दिवा रात्रौ शरत्सु सरसि स्मरः ॥ ९२ ॥

शीतकाल में रात्रिमें, ग्रीष्मकालमें दिनमें, वर्षाकाल में बादलों के गरजनेके समय, वसन्तऋतु में दिन और रात्रि दोनोंमें और शरदृतु में सरोवर के समीप मैथुन करे ॥ ९२ ॥

वामशायी द्विभुञ्जानो षण्मूत्री त्रिपुरीषकः।
स्वल्पमैथुनकारी च शतं वर्षाणि जीवति ॥ ९३ ॥

बाईं करवट सोनेवाला, दिनरात में दोबार भोजन करनेवाला, छः बार मूतनेवाला, तीनवार शौच जानेवाला, और थोड़ा मैथुन करनेवाला पुरुष सौ वर्ष जीता है ॥ ९३ ॥

दिनचर्या समाप्ताथ भोक्ता च परिवेषकः।

पानीयं भोजनं चात्र रन्धनस्योच्यते विधिः ॥ ६४ ॥

इति श्रीनरवैद्यमन्मथात्मजक्षेमशर्मविनिर्मितेक्षेमकुतूहले ग्रन्थेदिनचर्याप्रशंसनोनामपञ्चमोत्सवः ॥ ५ ॥

यह दिनचर्या समाप्त हुई । इसके पीछे भोजन करनेवाले व परोसनेवाले का लक्षण और पीनेलायक भोजन के पदार्थ और पकाने की विधि कहतेहैं ॥६४॥

इति श्रीमाधवपुरोहितसिद्धान्तवागीशकृतभाषानुवादमेंपांचवांउत्सव समाप्तहुआ ॥

अथ षष्ठोत्सवः प्रारभ्यते ॥

अथ भोजनप्रकारः ॥

स्नातः सुधौतमृदुसुन्दरशुक्लवासा—
स्तत्कालधौतचरणप्रियपुत्रमित्रैः ॥
स्रग्वी प्रसन्नहृदयो रसपाकवेद्यां
भोक्ता प्रविष्टहसहात्मसमानवैद्यैः ॥ १ ॥

स्नान करके अच्छी तरह से धोयेहुये कोमल और सुन्दर, सफेद वस्त्र और माला पहनकर प्रसन्नचित्त भोजन करनेवाला पैर धोकर अपने प्यारे पुत्र, मित्रों और वैद्योंके साथ रसपाकवेदीमें प्रवेशकरै ॥ १ ॥

अथासनम् ॥

मृदुतूलमये स्थूले चारुवस्त्रावगुण्ठिते ।
आसने प्राङ्मुखो भोक्तोपविशेद्वाप्युदङ्मुखः ॥ २ ॥

कोमल रुईके बनेहुये मोटे आसनपर पूर्व अथवा उत्तर की तरफ मुख करके भोजन करनेवाला पुरुष बैठे ॥ २ ॥

अथ भोजनपात्राणि ॥

तिष्ठन्ति यत्र नवकाञ्चननिर्मितानि
श्रेणीकृतानि परितस्तु कचोलकानि ।

राकाशशाङ्कनवमण्डलभास्वरं यत्

क्षोणीभृतारजतनिर्मितथालकं स्यात् ॥ ३ ॥

पूर्ण चन्द्रमण्डल के समान प्रकाशमान चांदी का बना हुआ थाल राजाओं का होता है। जिसके चारों तरफ उत्तम सोने के बने हुये कचोले सजे रहते हैं ॥ ३ ॥

अर्द्धार्द्धप्रतिमादर्शिकांस्यमादर्शवच्छुचि।

पात्रं दृढं सुविस्तीर्णं भस्मना शोधितं भृशम् ॥ ४ ॥

जिस में आधी चौथाई सूरत दीखती हो और जो कांचके समान स्वच्छ हो ऐसा बहुत बड़ा मजबूत राख से अच्छी तरहसे मँजा हुआ कांस का पात्र भोजन के लिये होना चाहिये ॥ ४ ॥

पत्रावली भवति वा नृपभोजनाय

निर्जन्तुजालरहितामलवारिधौता।

पालाशभूरुहदलैरचिता मनोज्ञा

तादृग्द्विपर्णकगणैः परिवेष्टिता च ॥ ५ ॥

अथवा कीड़े जाला आदि से रहित, स्वच्छ जलसे धोई हुई छीलेके पत्तों से बनी सुन्दर पतली दोनोंसे चारों तरफ सजीहुई राजाके भोजन के लिये होनी चाहिये ॥ ५ ॥

हैमं दोषहरं पात्रं चाक्षुष्यं राजतं शुचि।

कांस्यं बुद्धिप्रदं भव्यं पालाशं रुचिकृद्भवम् ॥ ६ ॥

सोने का पात्र, दोषोंको हरण करता और चांदी का नेत्रको हितकारी और कांसका बुद्धिको देनेवाला होताहै और छीलेकी पत्तल रुचिको करतीहै ॥ ६ ॥

अथाचमनोदकम् ॥

उषितं पटसंपूतं सौवर्णे भाजने स्थितम्।

सव्यभागे जलं भोक्तुः स्थापितं चन्द्रवासितम् ॥ ७ ॥

अच्छे ठंढे जलको वस्त्र से छान के कर्पूर आदि से सुगन्धित करके सुवर्ण के पात्र में भरके भोजन करनेवाले के वामभाग में रखना चाहिये ॥ ७ ॥

हेमन्ते शिशिरे चैव सरोजं वा तडागजम्।

सुशीतं रक्तपित्तघ्नं तृष्णादाहरुजापहम् ॥ ८ ॥

हेमन्त और शिशिर ऋतु में सरोवर वा तालाब का जल पीना चाहिये। यह बहुत ठंढा रक्तपित्त, तृषा और दाह रोग को हरण करताहै ॥ ८ ॥

वसन्तग्रीष्मयोः कौपं वाप्यं नैर्झरमेव च ।
सक्षारं पित्तलं कौपं दोषघ्नं चारु नैर्झरम् ॥ ९ ॥

वसन्त और ग्रीष्म ऋतु में कूँआ वावड़ी और झरने का जल पीना चाहिये कूप का मीठा जल त्रिदोष को नाश करता है खारी हो तो पित्त को करताहै। झरने का जल पित्तकर्त्ता और दोषों को दूर करताहै ॥ ९ ॥

प्रावृट्सु कौपं दिव्यं वा क्वथितं चेन्द्रसम्भवम् ।
कौपं वातहरं प्रोक्तं दिव्यं दोषत्रयापहम् ॥ १० ॥

वर्षा ऋतु में कूप का अथवा बादल से बरसा हुआ अथवा ओलोंका गरम जल पीना चाहिये । कूप का जल वात को हरण करता है और मेघों से बरसा हुआ जल त्रिदोष को नाश करताहै ॥ १० ॥

शरदि स्वच्छमुदयादगस्त्यस्याखिलं हितम् ।
तत्तोयं गुणवज्ज्ञेयं बल्यं दोषत्रयापहम् ॥ ११ ॥

शरद् ऋतुमें अगस्त्य ऋषि के उदय होने से संपूर्ण जल स्वच्छ और हितकारी होते हैं । यह जल गुण और बलकारक और त्रिदोष को हरण करता है ॥ ११ ॥

भर्जनं तलनं स्वेदः पचनं क्वथनं तथा ।
तान्दूरं पुटपाकश्च पाकः सप्तविधो मतः॥ १२ ॥

भर्जन, तलन, स्वेद, पचन, क्वाथकरना, तन्दूरसे पकाना और पुटपाक, यह सातप्रकार के पाक हैं ॥ १२ ॥

पुरस्ताद्विमलं पात्रं सुविस्तीर्णं मनोरमम् ।
स्थापितं पीठके शुभ्रे नाभिदेशसमुन्नते ॥ १३ ॥
तत्र भक्तं परिन्यस्तं मध्यभागेषु संयतम् ।
सूपः सर्पिः पलं शाकं पिष्टमन्नं तु मत्स्यकम् ॥ १४ ॥
स्थापयेद्दक्षिणे पार्श्वे भुञ्जानस्य यथाक्रमम् ।

प्रलेहाद्या द्रवाः सर्वे पानीयं पानकं पयः ॥ १५ ॥
चोष्यं सन्धानकं लेह्यं सर्व्वं पार्श्वे प्रदापयेत् ।
सर्वं इक्षुविकाराश्च पक्वान्नं पायसं दधि ॥ १६ ॥
पुरतः स्थापयेद्भोक्तुर्द्वयोः पङ्क्त्योश्च मध्यतः ।
एवं विज्ञाय मतिमान्परिवेषप्रकल्पनम् ॥ १७ ॥
ततोऽर्हो भवति प्राज्ञः सम्यक्च परिवेषितुम् ।

भोजन करनेवाले के सामने स्वच्छ, वड़ा, सुन्दर, पात्र, नाभिके वरावर ऊँचे पाटा चौकी आदि के ऊपर स्थापन करै। उस पात्र के मध्य में भात, और दहिनी तरफ दाल, घृत, मांस, शाक, मिष्टान्न और मत्स्य मांस संपूर्ण यथाक्रम से अलग २ पास २ रक्खे। और प्रलेह आदि संपूर्ण पतले पदार्थ, पीने के योग्य पानक, दूध चूसने के पदार्थ सन्धानक और चाटने योग्य पदार्थ थाल में वांई तरफ रक्खे। और दोनों पंक्तियों के बीच में भोजन करनेवाले के सामने संपूर्ण गुड़, मिश्री, मिठाई आदि पक्वान्न खीर और दही ये संपूर्ण स्थापन करे। बुद्धिमान् पुरुष इस प्रकार परोसने के प्रकार को जानकर फिर अच्छी तरहसे परोसने के योग्य होता है ॥ १३ । १४ । १५ । १६ । १७ ॥

अथ परिवेषकलक्षणम् ॥

स्नातश्चन्दनचर्चितः सुवसनः स्रग्वी प्रसन्नाननः
स्पष्टात्मा सुभगः प्रसन्नहृदयः श्रीकान्तपूजारतः ।
स्वामिस्नेहपरः सुपाकनिपुणः प्रौढो वदान्यः शुचि-
र्विप्रो वा परिवेषकः सुकुलजश्चान्योऽपि वा भूपतेः ॥ १८ ॥

स्नानकरके चन्दन लगाकर सुन्दर वस्त्र पहने पुष्पमाला धारणकिये प्रसन्न मुख स्पष्टशरीर स्वरूपवान् प्रसन्नहृदय श्रीविष्णु की पूजा में रत अपने मालिक के हित में तत्पर उत्तम पाक के वनाने में चतुर प्रौढ बोल चाल में चतुर और पवित्र इन संपूर्ण लक्षणों से युक्त ब्राह्मण अथवा और कोई जाति का उत्तम कुलीन पुरुष राजा का परोसनेवाला होना चाहिये ॥ १८ ॥

स्नाता विशुद्धवसना नवधूपिताङ्गी
कर्पूरसौरभमुखी नयनाभिरामा ।

बिम्बाधरा शिरसि बद्धसुगन्धिपुष्पा
मन्दस्मिता क्षितिभृतां परिवेषिका स्यात् ॥ १६ ॥

स्नान किये, शुद्ध वस्त्र पहने, नवीन धूपसे शरीर को सुगन्धित किये, कर्पूर के समान सुगन्धित और सुन्दर मुखवाली, सुन्दर नेत्रोंवाली, बिम्बाफल के समान लाल ओठोंवाली, मस्तक में सुगन्धित पुष्पों को धारण करने वाली, और मन्द २ हँसनेवाली, ऐसी स्त्री राजाओं के परोसनेवाली होनी चाहिये ॥ १६ ॥

भक्तादेः पत्रशाकादेरन्नानां मत्स्यमांसयोः ।
क्षीरादेर्गौल्यमादेश्च प्रकारा एवमादयः ॥ २० ॥
वक्ष्यन्ते तत्र भक्तस्य रन्धने विधिरुच्यते ।

अब भात दाल आदि के, पत्र आदि शाकों के, जव गेहूं मूंग चना आदि अन्नों के, मत्स्यमांस और संपूर्ण मांसों के खीर आदि के बनाने के प्रकार कहते हैं । तहां प्रथम भात रांधने की विधि कहते हैं ॥ २० ॥

वारिणा बहुशः शालितन्दुलान्क्षालितान्बहून् ॥ २१ ॥
तक्रेण सिञ्च्य तांस्तप्ते स्थाल्यम्भसि विनिःक्षिपेत् ।
ततः पयोघृतं क्षिप्त्वा स्विन्नानास्रावयेदिमान् ॥ २२ ॥
राजार्हं तद्भवेद्भक्तं गन्धवर्णरसान्वितम् ।
एवं हि धान्यजातीनां रन्धनस्य त्वयं क्रमः ॥ २३ ॥

दो तीन बार जल से अच्छी तरह से धोये हुये चावलों को मट्ठा से सींच कर पात्र में गरम किये हुये जल में छोड़े फिर जब यह पकजायँ तब इनमें दूध और घृत छोड़ कर चालने वा टोकरे से झारे याने इनका जल छान डाले, यह गन्ध, वर्ण और रसयुक्त भात राजाओं के लायक होता है । यही संपूर्ण धान्यों के बनाने का प्रकार है ॥ २१ । २२ । २३ ॥

सद्यः शालेयमन्नं शशिकरनिकरप्रोज्ज्वलं सिद्धसारं
आम्यद्बाष्पवलेन त्रिदशपुरसुधाजेयमाधुर्यतत्त्वम् ।
अन्योन्यं नैव लग्नं परिमिलनरतो ग्रासवेदीविभागं
संप्राप्नोति प्रसन्नः पृथुपरिसुहृद्दो यस्य पुंसः सदा स्यात् ॥ २४ ॥

चन्द्रमा की किरणों के समान उज्ज्वल, भीतरसे पके हुए, देवताओं के पुर में रहनेवाले, अमृत के मधुरता के तत्त्व को जाननेवाले बाफ के जोर से भ्रमण करते हुये आपस में अलग २ और परस्पर मिलने में रत ऐसे पके हुये गरमागरम भात के ग्रासों को जो पुरुष खाताहै वह पुरुष सदा दृढ शरीर और प्रसन्न रहताहै ॥ २४ ॥

भक्तं वह्निकरं पथ्यं तर्पणं रोचकं लघु ।
सुधौतं स्रावितं चोष्णं विशदं गुणकृन्मतम् ॥ २५ ॥
रन्धनस्य प्रकारोक्तो भक्तस्य च गुणोत्तमः ।
यस्याशनस्य यद्भक्तं तस्य तद्गुणमाहरेत् ॥ २६ ॥

भात अग्निकारक, पथ्य, तृप्तिकारी, रोचक और हलका होता है । अच्छी तरह से धोये और पका कर जल निकाला हुआ गरमागरम भात गुणकारी है यह भात पकाने का गुण उत्तम प्रकार से कहाहै । जौ गेहूं चने आदि जिस अन्न का जो भात होगा वो उसही अन्न के गुणको करताहै ॥ २५ । २६ ॥

अथ सूपः ॥

तां कण्डिता दधिविमर्दितमुद्गदालिं
संसाधितां लवणरामठगन्धगर्भाम् ।
ते भुञ्जते कुमुदहासकरार्द्धमूर्द्धा
येषां सदा हृदयचारुगृहं निषण्णः ॥ २७ ॥

दहीसे मर्दन की हुई, लवण, हींग और केशर, लवंग, मरिच, दालचीनी, इलायची, पत्रज आदि सुगन्धित द्रव्यों से मिली हुई और अच्छे प्रकारसे रांधी हुई मूँगों की छड़ी हुई धोई की दाल को जे पुरुष भोजन करते हैं उन के मनोहर हृदय, सदा खिले हुये कमल के समान प्रसन्न रहते हैं ॥ २७ ॥

अथ मुद्गकुल्माषौ ॥

अर्द्धा विकसिताः स्विन्नाः कुल्माषा मुद्गमापजाः ।
सैन्धवेन सवाह्लीकाः स्वान्नस्य तु गुणावहाः ॥ २८ ॥
मुद्गसूपो लघुग्राही कफपित्तहरो हिमः ।
स्वादुर्नेत्र्योऽनिलहरः कुल्माषः शुक्रवर्द्धनः ॥ २९ ॥

आगे लिखे पकेहुये मूंग और उरदोंको सैंधा लवण और हींग के सहित करने से घूघरी होतीहै। यह अपने २ अन्नके गुण को करनेवाली होती है। मूंगकी दाल, हलकी, कफ, पित्त और वातको हरण करनेवाली, शीतल, स्वादु और नेत्रोंको हितकारी है। मूंगका कुलमाष शुक्रको वढ़ाता है॥ २८। २९॥

अथ माषाः॥

माषसूपोऽथ कुलमाषः स्निग्धो वृष्योनिलापहः।
उष्णः सन्तर्पणो बल्यः सुस्वादुरुचिकारकः॥ ३०॥

उरदकी दाल और घुघरी चिकनी वृष्य, वात को दूर करनेवाली, गरम, तृप्तिकारी, वल देनेवाली अच्छे स्वादवाली और रुचिकारक होवेहै॥ ३०॥

अथ घृतम्॥

कारीषवह्निना तप्तं क्षीरं तदुषितं दधि।
तज्जमाज्यं तथा त्वाजं नवीनं नवनीतजम्॥ ३१॥

कंडे की आग में औटाये और उसीही आगके भस्ममें ठंढा किये हुये दूधके दही का घृत अथवा बकरी का घृत अथवा ताजा माखन से निकाला हुआ ताजा घृत अच्छा होताहै॥ ३१॥

माञ्जिष्ठवारिरुचिसारितनूष्णधारि
सौरभ्यचारि रुचिकारि विलोलहारि।
भुङ्क्ते नरः स खलु सर्पिरिदं नवीनं
यः पार्वतीचरणमूलविलोलमौलिम्॥ ३२॥

मँजीठ के जल के समान कान्तिवाले, कुछ गरम, सुगन्धयुक्त, रुचिकारी, और तरंग उठनेवाले, ऐसे नवीन घृत को जो खाता है वो पार्वती के चरणों को पाता है॥ ३२॥

अथ सामान्यघृतम्॥

घृतं रसायनं स्वादुपित्तानिलविषापहम्।
आयुष्यं बृंहणं शीतं पापालक्ष्मीविनाशनम्॥ ३३॥

घृत, रसायन, स्वादु, आयुको वढ़ानेवाला, शीतल और पुष्टिकरताहै। पित्त,

वात और विष को दूर करताहै । और पाप व दरिद्र को नाश करताहै ॥ ३३ ॥

अथ गव्यम् ॥

गव्यमग्निकरं सर्पिः कफपित्तानिलापहम् ।
चाक्षुष्यं बृंहणं शीतं विपाके मधुरं स्मृतम् ॥ ३४ ॥

गौ का घृत, वात पित्त और कफ को नाश करताहै । और अग्नि को बढ़ानेवाला, नेत्रोंको हितकारी, पुष्टिकर्ता, शीतल और पाकमें मधुर कहाहै ॥ ३४ ॥

अथ माहिषम् ॥

माहिषं मधुरं पाके रक्तपित्तानिलापहम् ।
सुशीतं बृंहणं वृष्यं चाक्षुष्यं रुचिकारकम् ॥ ३५ ॥

भैंसका घी पाकमें मधुर, रक्त पित्त और वात नाशकरनेवाला, बहुत शीतल पुष्टिकर्ता, वृष्य, नेत्रों को हितकारी और रुचिकारकहै ॥ ३५ ॥

अथाजम् ॥

आज्यमाजं हि चाक्षुष्यं दीपनं बलवर्द्धनम् ।
श्वासे कासे क्षये पथ्यं लघु गव्याद्गुणावहम् ॥ ३६ ॥

बकरी का घृत, नेत्रों को हितकारी, दीपन और बल को बढ़ानेवाला है । श्वास, खांसी और क्षयरोग में हितकारी है गौ घृत से हलका और गुणकारक है ॥ ३६ ॥

अथान्नदृग्दोषपरिहारे श्लोकाः ॥

अन्नं ब्रह्मा रसो विष्णुर्भोक्ता चैव महेश्वरः ।
ध्यात्वा नारायणं देवमन्नदोषैर्न बाध्यते ॥ ३७ ॥
या दृष्टिः सर्वलोकेषु दृष्टिर्या च स्वभावतः ।
आत्मदृग्दोषनाशाय संस्मरेन्नारदं मुनिम् ॥ ३८ ॥
अञ्जनीगर्भसंभूतं कुमारं ब्रह्मचारिणम् ।
दुष्टदृष्टिविनाशाय हनुमन्तं स्मराम्यहम् ॥ ३९ ॥
पूर्वोक्त्यादिकं वाक्यं भोजनादौ भिषग्वरः ।

सर्वदोषविनाशाय भुक्तं शीघ्रं यथा पचेत् ॥ ४० ॥
पञ्चग्रासं तु मौनेन प्राणापानादिनाश्रितम् ।
अन्यद्वैद्यसहालापैः कर्तव्यं भोजनं नृपैः ॥ ४१ ॥

अन्न ब्रह्मा, रस विष्णु और उसका भोजनकर्ता महेश्वर देव हैं। इसप्रकार मनमें जानकर नारायणदेव का ध्यानकरके जो भोजनकरताहै उसको नजरदोष नहीं होताहै। जो दृष्टि संपूर्ण लोकोंमें और जो दृष्टि स्वभावसे है उस दृष्टिदोषको और अपने दृष्टिदोष को नाश करने के लिये नारद मुनि का स्मरण करनाचाहिये अंजनी के गर्भ से उत्पन्न, कुमार और ब्रह्मचारी ऐसे श्रीहनूमान्जी को दुष्टदृष्टि के नाश करने के लिये मैं स्मरण करता हूँ। इत्यादि पूर्वोक्त वाक्यों को भोजनके आदि में संपूर्ण दोषों के नाशके लिये वैद्यराज पढ़े। भोजन किया हुआ अन्नादि पदार्थ जल्दी पचने के लिये मौन से प्राण, पान और अपान आदि से आश्रित पांच ग्रास भोजन करे, और फिर शेष भोजन वैद्य के साथ वार्तालाप करता हुआ करे ॥ ३७ । ३८ । ३९ । ४० । ४१ ॥

अथ पर्पटः ॥

पर्पटा लघवो रूक्षा विज्ञेयाः शालिसम्भवाः ।
मुद्गजा लघवो रूक्षा माषजा गुरुबृंहणाः ॥ ४२ ॥
मुद्गजीरकवाह्लीकस्वर्जिकामरिचान्विताः ।
आरोचकजिगीषूणां पर्पटाः पुरतोत्कटाः ॥ ४३ ॥
अङ्गारभृष्टास्ते श्रेष्ठा न तु स्नेहविपाचिताः ।
पर्पटा लघवो रुच्या मुद्गजा विधिपाचिताः ॥ ४४ ॥

चावलों से बनाये पापड़, हलके और रूखे होते हैं। और मूँगों के पापड़भी हलके और रूखे होते हैं। और उरदों के पापड़ भारी और पुष्टिकर्ता हैं। रुचि चाहनेवाले मनुष्यों के लिये मूंग, जीरा, हींग, साजी और मरिच से मिले हुये पापड़ अत्यन्त उत्कटहैं याने बहुत रुचिकारक हैं। वे पापड़ अंगारों पर सेंके हुये श्रेष्ठ होतेहैं। और स्नेह में पचाये हुये ऐसे गुणकारी नहीं होते हैं। विधि से पचाये हुये मूंगों के पापड़ हलके और रुचिकारक होते हैं ॥ ४२ । ४३ । ४४ ॥

अथ पटोलफलम् ॥

फलं पटोलं विहितं हि खण्डं
विशुद्धदर्व्या कृतशुष्कपाकम् ।
वाग्धारितं हिङ्गुकणे सहाज्ये
ससैन्धवं बोधयति क्षुधां च ॥ ४५ ॥
पटोलं पाचनं हृद्यं वृष्यं लघ्वग्निदीपनम् ।
स्निग्धोष्णं हन्ति कासार्शोज्वरदोषत्रयकृमीन् ॥ ४६ ॥

परवरके टुकड़ों का अच्छी कलाई से जल रहित पाक बनाना चाहिये। इस में हींग, पीपल, सेंधा लवण और घृत डालना चाहिये। यह परवर भूखको जगाताहै। उसके गुण, पाचन, हृद्य, वृष्य, हलका, अग्नि को दीपन करनेवाला, स्निग्ध, और गरम है। और खांसी, मस्सा, ज्वर और त्रिदोष और कृमीरोग का नाश करता है ॥ ४५। ४६ ॥

अथ ताहरी ॥

निरस्थिवेसवाराढ्यं पलं पक्वं सतन्दुलैः ।
घृतार्द्रमरिचैर्युक्तं नाम्ना तत्ताहडी स्मृता ॥ ४७ ॥
वातपित्तहरा गुर्वी शुक्रपुष्टिप्रदा भृशम् ।
गुणानां यो विशेषोऽत्र मांसभेदात्स जायते ॥ ४८ ॥

अस्थिरहित, वेसवार नामक मसाले सहित चांवलों के साथ पकाये मांस में घृत, अदरख और मरिच युक्त करे। इसका नाम ताहरी है। यह ताहरी, वात, पित्त को हरण करनेवाली, भारी, शुक्र (वीर्य) और पुष्टि को बहुत बढ़ानेवाली होतीहै। यहां जो गुण विशेषहै सो मांस भेदसे होताहै ॥४७। ४८॥

अथ कृशरा ॥

तन्दुलैः षष्टिसम्भूतैः कण्डितैर्न च खण्डितैः ।
अष्टभागयुतैर्मुद्गैः संयुक्तैर्द्वादशांशकैः ॥ ४९ ॥
सार्द्रानार्द्रासुसन्धाना सवाह्लीका वरान्विता ।

सस्नेहा कामिनी चेयं कृशरा शिशिरे हिता ॥ ५० ॥
कृशरा दुर्जरा बल्या गुर्वी वातविनाशिनी ।
बलपुष्टिमलश्लेष्मपित्तविष्टम्भकृत्सरा ॥ ५१ ॥

छड़े हुये साठी चांवलों में उनके अष्टमांस के तुल्य मूंग और बारहवें हिस्से के समान लोन अदरख और हींग आदि मिलाय जलके साथ पकाने से खिचड़ी होती है । घृत के सहित खिचड़ी और प्रेमके सहित कामिनी स्त्री ये दोनों शिशिर ऋतुमें हितकारी हैं । खिचड़ीके गुण, देरमें पचनेवाली, बलकरनेवाली भारी, वात को नाश करनेवाली, बल, पुष्टि, मल, श्लेष्म, पित्त और विष्टम्भकारी कही है ॥ ४९ । ५० । ५१ ॥

अथ कर्चरी ॥

क्षाराम्लकृतसंस्कारा शुष्का स्नेहविपाचिता ।
अरोचकादिरोगाणां कर्चरी कण्ठकर्तरी ॥ ५२ ॥
कर्चरी रुचिकृद् बल्या सुस्वाद्वतिलेखनी ।
उष्णा पित्तकरा प्रोक्ता कफकृत्सासदास्मृता ॥ ५३ ॥

लवण और खट्टे पदार्थ मिलाकर घृत वा तैल में पकाई हुई सूखी कर्चरी अरोचक आदि रोगों के कंठों की कतरनी है। कर्चरी के गुण रुचिकारी, बलकारी, सुस्वादु और अतिलेखनी कही है । और यह कर्चरी, उष्ण, पित्त और कफ को करनेवाली और दस्तावर कही है ॥ ५२ । ५३ ॥

अथ मूलकम् ॥

सुकलितमतिसूक्ष्मं बालमूलस्य मूलं
लवणमथितमुच्चैः पीडितं पाणियुग्मे ।
सुरभितमतिनिम्बूहिङ्गुधूपेन युक्तं
भवति जठरवह्नेस्तूर्णमुद्दीपनाय ॥ ५४ ॥
मूलकं वातलं रुच्यं वीर्योष्णं पाचनं लघु ।
हन्ति दोषत्रयं श्वासं सुष्ठुयोगाच्च पीनसान् ॥ ५५ ॥
महत्तदेव विष्टम्भि रूक्षं दोषत्रयप्रदम् ।

स्निग्धसिद्धं तदेव स्याद्दोषत्रयविनाशनम् ॥ ५६ ॥
तत्पुष्पं श्लेष्मपित्तघ्नं फलं वातकफापहम् ॥

मूली दो प्रकार की होती है, एक छोटी दूसरी बड़ी। इनमें से छोटी मूली के नीचे के हिस्से के छोटे २ टुकड़ों में लवण मिलाय दोनों हाथों से खूब मथ के उनमें सुगन्धित द्रव्य और नींबू मिलाय हींग के धूप से सुगन्धित करे। यह मूली का शाक जठराग्नि को जल्दी उद्दीपन करता है याने जगाता है। मूलक के गुण, वायुकारक, रुचिकर्त्ता, उष्णवीर्य, पाचन, हलकी और त्रिदोषनाशक है। और उत्तम प्रकार से बनाने से श्वास और पीनस रोग नाश करती है। और बड़ी मूली, विष्टम्भी, रूखी और त्रिदोष को पैदा करनेवाली है। और यही बड़ी मूली यदि घृत वा तैल डालके बनावें तो त्रिदोषनाशक होती है। इसका पुष्प, श्लेष्म (कफ) और पित्त को नाश करता है। और फल वात और कफ को नाश करता है ॥ ५४ । ५५ । ५६ ॥

अथार्द्रकम् ॥

भोजनाग्रे सदा पथ्यं लवणार्द्रकभक्षणम्।
अग्निसंजननं रुच्यं जिह्वाकण्ठविशोधनम् ॥ ५७ ॥

भोजन के पहिले सदैव सेंधा लवण और अदरख का खाना पथ्य है यह अग्नि को जगानेवाला, रुचि करनेवाला, जिह्वा और कण्ठ को शोधन करनेवाला है ॥ ५७ ॥

मृत्त्वचारहितमङ्कुरकैर्वा।
क्षालितं विमलकैर्बहुतोयैः।
मिश्रितं लवणनिम्बुपयोभि-
र्बालमार्द्रकमुमापतियोग्यम् ॥ ५८ ॥

मृत्तिका, वकला और अंकुरों से रहित नये अदरख को खूब निर्मल जल से धोवे फिर लवण और निम्बूका रस मिलावे इसप्रकार बना हुआ अदरख शिवजी के खाने के योग्य होता है याने बहुत गुणदायक होता है ॥ ५८ ॥

एके वदन्त्यमृतमस्ति पुरे सुराणा-
मन्येऽपि चारुवनिताधरपल्लवेषु।

ब्रूमो वयं सकलवैद्यमतानुसारं
जम्बीरनीरपरिपूरितशृङ्गवेरम् ॥ ५९ ॥

कोई पौराणिकाचार्य कहते हैं कि देवताओं के लोकमें अमृत है, और कोई कवि कहते हैं कि सुन्दर स्त्रियों के ओष्ठरूपी नये पत्तों में है। मैं संपूर्ण वैद्यों के मत के अनुसार कहता हूं कि जंबीर फल के नीर से परिपूर्ण ऐसा अदरख अमृत है ॥ ५९ ॥

वृष्योष्णं दीपनं हृद्यं सस्नेहं लघुपाचनम् ।
रोचनं प्रीणनं बल्यमार्द्रकं परिकीर्तितम् ॥ ६० ॥

पुष्टिकर्त्ता, गरम, दीपन, हृदय को हितकारी, स्निग्ध, हलका, पाचन, रोचन, तृप्तिकारक और बलकारक अदरक है ॥ ६० ॥

अथ हरीरा ॥

कृत्तं निरस्थिसंपक्वमाज्ये स्वोपस्करान्वितम् ।
मांसं गोधूमसंयुक्तं हरीरेत्याह सूदकः ॥ ६१ ॥
बल्या सुमधुरा गुर्वी शीतोष्णानिलपित्तहा ।
स्निग्धा शुक्रप्रदा हृद्या सारा सन्धानकारिणी ॥ ६२ ॥

हड्डी के विना काटाहुआ और अपने उपस्कर व गेहूं के सहित घृत में पकाया हुआ जो मांस उसको वैद्य हरीरा कहते हैं। हरीरा, बलकारी, पाकमें मधुर, भारी, ठंढी और गरम, वात, पित्तनाशक, स्निग्ध, वीर्य को देनेवाली है, हृदय को हितकारी सारवान कही है। ये गुण हरीरा के हैं ॥ ६१ । ६२ ॥

अथ मांसरन्धनविधिः ॥

ग्रामस्यानूपजस्यापि जाङ्गलस्याण्डजस्य च ।
बिलौकसश्च मांसानां रन्धनस्योच्यते विधिः ॥ ६३ ॥
तलितं भृष्टकं स्विन्नं शुष्कं बहुरसं स्मृतम् ।
तान्दूरं वण्टितं चैवं शूल्यं च पुटपाकजम् ॥ ६४ ॥

अब मांस रांधने की विधि कहते हैं ॥

ग्राम व अनूपजाति व जङ्गल के जीवोंके मांसके, अण्डज मांसके, बिलौकस और जलजन्तु आदिकोंके मांसके रांधने की विधि कहते हैं। तलित, भृष्ट, स्विन्न

शुष्क, बहुरस, तान्दूर, वण्टित, शूल्य और पुटपाकज, ये संपूर्ण पाक के प्रकार हैं ॥ ६३ । ६४ ॥

तलितं त्रिविधं प्रोक्तं भृष्टकं द्विविधं स्मृतम् ।
सुस्विन्नमस्थिगलितं शुष्कं तद्रसवर्जितम् ॥ ६५ ॥
सरसं रसवज्ज्ञेयं तान्दूरं वह्निपाचितम् ।
वण्टितं तु शिलापिष्टं तत्पाको बहुधा स्मृतः ॥ ६६ ॥
शूलेन पक्वं मांसं यत्तज्ज्ञेयं शूलपाचितम् ।
गर्तयन्त्रेण यत्पक्वं तज्ज्ञेयं पुटपाकजम् ॥ ६७ ॥
एवं बहुविधः पाकः सूपकारधियाकृतः ।
यस्य जन्तोर्हि यन्मांसं तन्मासं तद्गुणावहम् ॥ ६८ ॥
विशेषोऽत्र यदुद्दिष्टः स ज्ञेयः सुष्ठुपाकतः ।
एवं बहुविधं मांसं प्रत्यङ्गं च पृथक्कृतम् ॥ ६९ ॥
स्थूलातिस्थूलविहितं सूक्ष्मसूक्ष्मान्तरं च तत् ।
खण्डशः कलितं मांसं धान्यहिङ्ग्वम्बुना क्रमात् ॥ ७० ॥
क्षालयित्वा पुनर्हिङ्गुतोयमिश्रं पचेत्ततः ॥ ७१ ॥

इति प्रक्षालनम् ॥

पहले कहे हुये पाकों में तलित पाक तीन प्रकारका और भृष्ट दो प्रकारका कहा है । अस्थिगलित को सुस्विन्न, रसरहित को शुष्क, रसवान् को सरस, अग्नि से पचाये हुये को तान्दूर और शिला से पीसे हुये को वंटित कहते हैं । इस वंटित का पाक कई प्रकार का कहा है । और सूया से पकाये मांस को शूलपाचित जानना । और गर्तयन्त्र से जो पकाया गया उसको पुटपाकज जानना । इस प्रकार सूपकार की बुद्धि से बनाया हुआ कई प्रकार का पाक है । जिस जन्तुका जो मांस है वो मांस उसही जन्तु के गुण को करता है । यहां जो विशेष कहा है वो अच्छेपाक से जानना याने पाक में कई प्रकार के मसाले आदि डालकर अच्छीरीति से पकाने से उसमें कई विशेष गुण होजाते हैं इस प्रकार कईतरहके मांस के हरएक अङ्ग को अलग २ करे । मोटे से मोटा और छोटे से छोटा जो मांस कहा है उसके छोटे २ टुकड़े कर धनियां, हींग और

जल से क्रमसे धोकर फिर हींग और जल मिले मांस को पकावे ॥ ६५ । ६६ । ६७ । ६८ । ६९ । ७० । ७१ ॥

प्रक्षालन विधि समाप्त हुई ॥

हिङ्ग्वार्द्रजीरमरिचैर्यदुक्तं वेसवारकम् ।
तच्च तैले पचेत्पूर्वमाज्येवासात्म्ययोगतः ॥ ७२ ॥
अर्द्धस्विन्ने क्षिपेत्तक्रमथवादाडिमीरसम् ।
सिद्धे पाके च दातव्यं चूर्णमुद्धूलनस्य यत् ॥ ७३ ॥
मांसं तैलेन यत्सिद्धं तन्मांसं गुरुपित्तलम् ।
वीर्योष्णं रुचिदं वृष्यं वातघ्नं पुष्टिकारकम् ॥ ७४ ॥
मांसमाज्येन यत्सिद्धं लघुरुच्यमपित्तलम् ।
अनुष्णवीर्यं बलदं हृद्यं दृष्टिप्रसादनम् ॥ ७५ ॥

हींग, अदरख, जीरा और मरिच आदि से पहले जो वेसवार नामक मसाला कहा है उस वेसवार को पहले घृत अथवा तैल में पचावे, आधा पकनेपर उस में मट्ठा वा अनार का रस डाले फिर जब पाक सिद्ध होजाय तब उसमें उद्धूलन जो पहले कहा है उसका चूर्ण देवै तैल से पचाया मांस भारी और पित्तकर्त्ता उष्णवीर्य्य, रुचिकर्त्ता, वृष्य, वातका नाशकर्त्ता और पुष्टिकारक होता है । और घृत से पकाया हुआ मांस, हलका, रुचिकरता, पित्तरहित, गरमवीर्यरहित, बल देनेवाला, हृदय और नेत्रों को हितकारी है ॥ ७२ । ७३ । ७४ । ७५ ॥

अथ सुस्विन्नमांसरन्धनम् ॥

सवेसवारपानीये हिङ्गुधान्यजलेऽथवा ।
केवले वा जले स्वेद्यं मांसं सुस्विन्नको विधिः ॥ ७६ ॥
पश्चाद्वा धारितं तप्ते स्नेहे सम्यक्प्रशालिते ।
छमत्कारस्तथा कार्यो रुचिः स्यात्प्रतिवेशिनाम् ॥ ७७ ॥
तत उद्धूलनं देयं शुद्धमांसमिति स्मृतम् ।
सुस्विन्नं कोमलं हृद्यं बल्यं वृष्यं रुचिप्रदम् ॥ ७८ ॥
त्रिदोषशमनं चेति श्रेष्ठमग्निकरं परम् ।

अब सुस्विन्नमांस रांधने की विधि कहते हैं ॥

वेसवार नामक मसाले सहित जल में वा हींग और धनियां के जल में मांस को पचावे यह सुस्विन्न मांस बनाने की विधि है। पीछे खूब औटायेहुये घृत में डाले और ऐसा छोंकार करे कि पड़ोसियों को भी रुचि होय। इसके पीछे उद्धूलन देना चाहिये, यह शुद्धमांस कहा है। यह सुस्विन्न मांस, कोमल, हृदय को हितकारी, बलकारी वृष्य और रुचिकारी है, त्रिदोषनाशक, श्रेष्ठ और बहुत अग्नि को बढ़ाता है ॥ ७६ । ७७ । ७८ ॥

अथ कोमलसुगन्धम् ॥

कुठेरपृथुकर्चूरगुञ्जापामार्गजस्तथा ॥ ७९ ॥
कुठेरकादिजक्षारवारिणा चाशुकारिणा ॥
पाचितं धूपितं मांसं सुगन्धमतिकोमलम् ॥ ८० ॥
सुगन्धं रुचिकृन्मांसं बल्यं वृष्यं रुजापहम् ।
अग्निसन्दीपनं श्रेष्ठं ग्राम्यं वा जाङ्गलोद्भवम् ॥ ८१ ॥

अब कोमल सुगन्ध करने की विधि कहते हैं ॥

पर्णाश, पृथु, कचूर, घुंघची और अपामार्ग (लहचिचिड़ा) इन सबोंके खारको कुठेरकादि क्षार कहते हैं। इस जल्दी पचानवाले कुठेरकादि क्षार के जलसे पचाया हुआ और धूपलगायाहुआ मांस, सुगन्धवान् और बहुत कोमल होता है ॥ इसप्रकार बनायाहुआ जाङ्गल व ग्राम्य मांस, सुगन्धवान्, रुचिकारी, बलकारी, वृष्य, रोगनाशक, अग्निको बढ़ानेवाला और उत्तम है ॥ ७९ । ८० । ८१ ॥

अथाजामांसम् ॥

तिलजतैलसुपाकपाचितं कासमर्दसुरसे विमर्दितम् ।
सूपधूपभवधूमधूपितं मारिणमन्थमथितं रुजापहम् ॥ ८२ ॥
यादृशा धातवो नृणामजानामपि तादृशाः ।
अतो धातुविवृद्ध्यर्थमाजं मांसं प्रशस्यते ॥ ८३ ॥

अब बकरी का मांस बनाने की रीति कहते हैं ॥

बकरी के मांस को पहले सेंधा लोन से मले और कासमर्द के रसमें मर्दित करे फिर तिलोंके तैलके में अच्छी तरह से पचावे और दालमें देनेकी धूपके

धूआंसे धूपित करे। यह अजामांस बनानेकी विधिहै। जैसे मनुष्यों के धातु होते हैं वैसेही अजा के भी होते हैं। इसलिये धातुओं के बढ़ाने के लिये अजामांस अच्छाहै ॥ ८२ । ८३ ॥

अथ बक्करः ॥

सहिङ्गुनाज्येन युतं सुपक्व-
मजासुतस्यामिषमल्पकस्य।
एलालवङ्गोषणयोगयोगात्
करोति पुष्टिं जठरानलस्य ॥ ८४ ॥
अजासुतस्य बालस्य मांसं गुरुतरं स्मृतम्।
हृद्यं मृदुतरं श्रेष्ठं सुस्वादु बलदं भृशम् ॥ ८५ ॥

अब बकरे के मांस की विधि कहते हैं ॥

घृत और हींग मिलाकर अच्छी तरह से पचाया हुआ थोड़ी उमरवाले बकरे का मांस, इलायची, लवंग और मरिच के योग से जठरानल को बढ़ाता है। बकरी के बच्चे का मांस, बहुत भारी, हृदय को हितकारी, बहुत कोमल, श्रेष्ठ, सुस्वादु और बहुत ताक़त देनेवालाहै ॥ ८४ । ८५ ॥

अथ बक्करी ॥

सिद्धार्थसम्भवे तैले घृते चोपस्करान्विते।
साधितं त्वप्रसूतायाः पलमाजं गुणोत्तमम् ॥ ८६ ॥
अप्रसूताजसम्भूतं मांसं पीनसनाशनम्।
शुक्रे कासे रुचौ शोषे हितमग्नेश्च दीपनम् ॥ ८७ ॥

अब बकरी के मांस बनाने की विधि कहते हैं ॥

उपस्करों के सहित घृत वा सरसों के तैल में पकाया हुआ जिसके बच्चा न हुआ हो ऐसी बकरी का मांस गुणोत्तम है। जिसके बच्चा न हुआ हो ऐसी बकरी का मांस अग्नि को दीपन करनेवाला, पीनस (नासारोग) को नाश करनेवाला, वीर्य, खांसी, रुचि और शोषरोग में हितकर्ताहै ॥ ८६ । ८७ ॥

अथ पिठोरा ॥

अजासुतस्य पीनस्य यौवनस्थस्य साधितम्।

घृतरामठसिन्धूत्थोपस्करै रसवत्पलम् ॥ ८८ ॥
वातपित्तहरं बल्यं सुस्वादु रुचिकारकम् ।
हृद्यं पीनसकासार्शःशोषघ्नं पुष्टिकृद्वरम् ॥ ८९ ॥

जवान बकरे का मांस बनाने की विधि ॥

घृत, हींग, लवण और उपस्करों से बनाया हुआ झोलीदार, जवान, मोटे बचेका मांस, वात, पित्त, पीनसरोग, खांसी, मस्सा और शोषरोगको नाश करने वाला, बल देनेवाला, अच्छे स्वादवाला, रुचिकारक, हृदय को हितकारी, उत्तम और पुष्ट करनेवालाहै ॥ ८८ । ८९ ॥

अथ छिलोधिया ॥

स्थूलनिष्काशिताण्डस्य मांसं कृत्तमजस्य च ।
रन्धितं बहुधा सूदैः पायुशदौ च मस्तकम् ॥ ९० ॥
तन्मासं मांसदं बल्यं रुच्यं पित्तानिलापहम् ।
सुस्वादु मधुरं पाके किञ्चित्कफकरं सरम् ॥ ९१ ॥

बाधी बकरे के मांस की विधि कहते हैं ॥

जिस के अंड निकाल डाले हों ऐसे मोटे बकरे के पैरों को छोड़ कर गुदा से मस्तक पर्यन्त के मांसको कईप्रकार से बनावे मांस के गुण बाधी का मांस बलकर्ता, रुचिकर्ता, पित्त और वायुका नाशकर्ता, सुस्वादु, पाक में मधुर, कुछ कफकारी और दस्तावर है ॥ ९० । ९१ ॥

अथ मेषमांसम् ॥

मेषस्य मांसं बहुधा निकृत्तं
सुपाचितं रामठयुक्ततैले ।
सुयोजितं वह्निजसैन्धवाभ्या
रुचिं विधत्ते भुजि सर्वकाले ॥ ९२ ॥
मेषमांसं गुरुस्निग्धं बल्यं पित्तकफप्रदम् ।
मेदः पुच्छामिषं वृष्यं कफपित्तकरं गुरु ॥ ९३ ॥

अब भेंड़ा मांस बनाने की विधि कहते हैं ॥

हींग युक्त तैल में अच्छी तरहै से पकायेहुये और कईवार काटेहुये मेढे के

मांसमें काली मरिच और सेंधा लवण युक्त करे। यह मेष का मांस, भारी, स्निग्ध, बलकारी, पित्त, कफ को करनेवाला और सर्व कालमें भोजन में रुचि को करताहै। मेढे का मांस, वृष्य, कफ और पित्तकर्ता और भारीहै ॥ ९२। ९३॥

अथ गाडरम् ॥

कृत्तं संपाचितं तैले घृते चोपस्करान्विते।
मधुरं पाचनं बल्यं कटूष्णं गाडरं पलम् ॥ ९४

गाडर के मांस बनाने की विधि कहते हैं ॥

उपस्करों के सहित घृत वा तैल में पचाया हुआ गाडर का काटा हुआ मांस, मधुर, पाचन, बलकारी, कटु और उष्णहै ॥ ९४ ॥

अथ मृगी ॥

मृगमातृपलं सुकोमलं
शतखण्डीकृतमाज्यभृष्टकम्।
दधिसैन्धवहिङ्गुकोषणैः
साधितं त्वरुचिमाशु निहन्ति ॥ ९५ ॥
मृगस्य जननी शीतारक्तपित्तविनाशिनी।
सन्निपातज्वरश्वासवृष्यामधुरपाकिनी ॥ ९६ ॥

मृगी (हरिणी) के मांस बनाने की विधि कहते हैं ॥

दही, सेंधा लवण, हींग और मरिचके साथ घृत में पकाया हुआ सैकड़ों टुकड़े किया हुआ हरिण की माता मृगी का मांस, अरुचि को शीघ्रही नाश करताहै। मृगी का मांस, ठंढा, रक्तपित्त, सन्निपात, ज्वर और श्वास को नाश करनेवाला, वृष्य और मधुरहै ॥ ९५। ९६ ॥

अथ मृगमांसम् ॥

मांसं मार्गं बहुशकलितं स्विन्नमीषच्च तोये-
स्तप्तस्नेहे जरणसहितं पाचितं शब्दमुच्चैः।
सार्द्धमार्द्रं लवणसहितं दाडिमेनातिचुक्रं
खादन्खादन्कलयति शिरश्चन्द्रचूडोऽपिनूनम् ॥ ९७ ॥

एणमांसं हिमं ग्राहि रुच्यं दोषत्रयापहम् ।
षड्रसं बलदं पथ्यं लघु हृद्यं ज्वरापहम् ॥ ९८ ॥

अब मृगमांस बनाने की विधि कहते हैं ॥

बहुत बार काटे हुये और जलसे थोड़े धोये हुये हरिण के मांस को जीर के साथ गरम किये हुये घृत में उच्चस्वरसे शब्द जैसे होवे तैसे पचावे, लवण और अदरख से युक्त करे और अनार के रससे खट्टा करे, इस प्रकार बनाये हुये मृगमांस को खाते २ शिवजी भी मस्तक हिलाते हैं। मृग का मांस, ठंढा, ग्राही, रुचिकर्ता, त्रिदोषनाशक, षड्रस, बलकारी, पथ्य, हलका, ज्वरको नाश करनेवाला और हृदय को हितकारीहै ॥ ९७।९८ ॥

अथ छिक्कारा ॥

मांसं छिक्कारजं कृत्तमाज्ये तप्ते सुभृष्टकम् ।
दधिसैन्धवहिङ्ग्वाढ्यं सुधुलेनावधूलितम् ॥ ९९ ॥
छिक्कारंमधुरंस्वादु कफपित्तानिलापहम् ।
विपाके मधुरं प्रोक्तं विशेषेणाग्निवर्द्धनम् ॥ १०० ॥

अब छिकारा के मांस बनाने की विधि कहते हैं ॥

काटे हुये छिकाराके मांसको गरम घृत में पचावे, दही, सेंधा लवण और हींग युक्त करे और अच्छे उद्धूलनसे धूलितकरे याने उद्धूतन का भुरका देवे, इस प्रकार बनाया हुआ छिकार का मांस, मधुर, स्वादु, कफ, पित्त और वायु का नाश करनेवाला, पाक में मधुर और विशेष करके अग्नि को बढाते है ॥ ९९।१०० ॥

अथ शशकः ॥

निरस्थिकृत्तं पलमेव शाशं सुहिङ्गुनाज्ये हि कृतं सुपाकम् ।
ससैन्धवंधूलनदत्तवासं करोति कोष्ठाग्निमतिप्रकाशम्॥१०१॥
शशः शीतो लघुः स्वादुर्ग्राही पथ्योऽग्निदीपनः ।
सन्निपातज्वरश्वासरक्तपित्तकफापहः ॥ १०२ ॥

छिकारा के पीछे खरगोश के मांस बनाने की विधि कहते हैं ॥

अस्थिरहित काटे हुये खरगोश के मांस को हींग के साथ घृत पचावैं

और सेंधा लवण डाले और उद्धूलन का भुरका देवे इसप्रकार बनाया हुआ जठराग्निको बहुत बढ़ाताहै । खरगोशका मांस ठंढा, हलका, स्वादु, ग्राही, पथ्य और अग्निदीपक है । सन्निपात ज्वर, श्वास, रक्तपित्त और कफ को हरण करताहै ॥ १०१ । १०२ ॥

अथ पाठीमांसम् ॥

पाठीमांसं बहुतरघृते स्वल्पवह्नौ विपक्वं
त्रैकं चूर्णं लवणसहितं शृङ्गवेरप्रभूतम् ।
मध्ये तस्मिन् क्षिपति सुतरां कर्कशेहिङ्गुनाढ्यं
तेन प्राप्तिं नयति सुतरामाश्रयांसंप्रकाशम् ॥ १०३ ॥
पाठीसुशीतमधुरा बल्या पित्तविनाशिनी ।
वातहृत्कफहात्यर्थं शुक्रदा रुचिकृद्धरा ॥ १०४ ॥

पाठी सींगरहित हरिण का मांस बहुत से घृत में थोड़ी अग्नि में पचावे सोंठ, मरिच, पीपल के चूर्ण को अदरख और लवण के सहित करे । फिर पचाये हुये हींग में यह चूर्ण और मांस युक्त करे इस के खाने से बड़ी तृप्ति होतीहै । पाठी, शीतल, मधुर, बलकारक, वात, पित्त और कफ को नाश करनेवाली, धातु बढ़ानेवाली, उत्तम और रुचिकारीहै ॥ १०३ । १०४ ॥

अथ साबरमांसम् ॥

मांसं साबरसम्भूतं पाचितं बहुधा घृते ।
वेसवारोषणाकीर्णे हिङ्गुसैन्धवसम्भृते ॥ १०५ ॥
बलपुष्टिकरं रुच्यं विष्टम्भिगुरुपाचनम् ।
साबरं पललं स्निग्धं सुस्वादु गुरु च स्मृतम् ॥ १०६ ॥
रसे पाके च मधुरं रक्तपित्तनिबर्हणम् ।
राजीवस्तुगुणैर्ज्ञेयः पृषतेन सभोजनैः ॥ १०७ ॥

अब साबर मांस बनाने की विधि कहते हैं ॥

बहुत से घृत में पकाया हुआ साबर मांस, वेसवार, मरिच, हींग और सेंधा लवण छोड़ै । साबरमांस, बल, पुष्टि और रुचिकर्ता, विष्टम्भि, भारी

पाचन, ठंढा, सुस्वादु, रस, पाकमें मधुर और रक्तपित्तको नाश करनेवालाहै। राजीव हरिणके मांसमें चित्तल हरिणके मांसके समानगुणहै॥१०५।१०६।१०७॥

अथ चित्तलः ॥

असिततिलोद्भवतैलविपक्वं
लवणयुतं नवहिङ्गुरसाढ्यम्।
त्रिकटुकयुक्तनिशार्द्रकमिश्रं
बहुगुणचित्तलमांसमनर्घम् ॥ १०८ ॥

चित्तल मांस बनाने की विधि ॥

काले तिलों के तैल में पकाया हुआ लवण और हींग के सहित चित्तल का मांस, त्रिकटु (सोंठ, मरिच और पीपल) हल्दी और अदरख से युक्त करे, यह चित्तल मांस बहुगुणकर्ता है ॥ १०८ ॥

विचित्रशम्बरौ शीतौ गुरू स्निग्धौ कफावहौ।
रसे पाके च मधुरौ रक्तपित्तविनाशकौ ॥ १०९ ॥

चित्तल और शम्बर, ठंढे, भारी, चिकने, कफ पैदा करनेवाले हैं। रस और पाक में मधुरहैं। और रक्तपित्त को नाश करने वाले हैं ॥ १०९ ॥

अथ रोजः ॥

तैले संपाचितं तप्ते हिङ्गुसैन्धवसंयुते।
मांसं गवयसम्भूतं सुस्विन्नं भूरिवारिणा ॥ ११० ॥
गवयो मधुरो वृष्यो स्निग्धोष्णः कफपित्तलः।
गुरुर्विदाही विष्टम्भकारको विरसः सदा ॥ १११ ॥

रोजके मांस बनाने की विधि कहते हैं ॥

बहुत जलमें पकाये हुये रोजके मांसको हींग और सेंधा लवणके सहित गरम किये हुये तैल में अच्छी तरह से पचावे। रोज का मांस, मधुर, वृष्य, चिकना, गरम, कफ और पित्तको करनेवाला, गुरु, दाहकारक, विष्टम्भकारक और सदा रसरहित है ॥ ११० । १११ ॥

अथ वाराहः ॥

वाराहस्य तनुं तप्ततोयैः प्रक्षालितं मुहुः।

तृणाग्निनाथवा दग्धं किञ्चित्तोयेन सिञ्चितम् ॥ ११२ ॥
शस्त्रेण दंशयेत्तत्र यथा निर्लोमिता भवेत् ।
ततस्तत्तीक्ष्णशस्त्रेण पाटयित्वा यथोचितम् ॥ ११३ ॥
गृह्णीयादामिषं तस्य पृथगङ्गविभागतः ।
रन्धयेद्बहुधात्वह्नौ प्रलेहतलनादिकम् ॥ ११४ ॥
स्वेदनं बृंहणं वृष्यं शीतलं तर्पणं गुरु ।
श्रमानिलहरं स्निग्धं वाराहं बलवर्द्धनम् ॥ ११५ ॥

अब सूकर के मांस बनाने की विधि कहते हैं ॥

सूकरके शरीर को गरम जलसे खूब धोवे अथवा थोड़े जलसे गीला करके घास की आग से दग्ध करे, फिर शस्त्रसे उस के बालों को अलग करे, पीछे तीखे शस्त्र से उसको काटके अलग २ अंगों से कामके योग्य मांस को ग्रहण करे । फिर बहुत अग्निमें पकावे । और प्रलेह, तलन आदि करे । वाराहमांस, पसीना लानेवाला, बृंहण, पुष्टिकर्ता, ठंढा, तृप्तिकर्ता, भारी, परिश्रम और वादी को दूर करनेवाला चिकना, और बलको बढ़ानेवालाहै ॥ ११२ । ११५ ॥

अथ गोधा ॥

गोधामुष्णजलैर्भूयः क्षालितां खण्डशः कृताम् ।
स्विन्नां च तोयतक्राभ्यां क्षालितां सूक्ष्मखण्डिताम् ॥ ११६ ॥
तलयेद्वेसवाराम्लैः प्रलेहो वा विधानतः ।
विपाके मधुरा गोधा वातपित्तविनाशिनी ॥ ११७ ॥
कषाया कटुका प्रोक्ता कफघ्नी बलवर्द्धिनी ।

गोधाके मांस बनाने की विधि ॥

कटीहुई गोह को गरम जलसे खूब धोवे फिर उसके मांसके छोटे २ टुकड़े करके उबाले पीछे मट्ठा और जलसे धोके वेसवार और आमलोंके साथ तले वा विधि से प्रलेह करे । गोधा मांस, पाकमें मधुर, वात और पित्तनाशक, कषायली, कडु, कफनाशक और बलको बढानेवाली है ॥ ११६ । ११७ ॥

अथ कच्छपः ॥

तप्ततोये परिक्षिप्तं सम्यगानीय कच्छपम् ॥ ११८ ॥

तन्मांसं कर्परादग्राह्यं खण्डितं स्वल्पखण्डितम् ।
पाचितं सार्षपे तैले हिङ्गुसैन्धवसंयुते ॥ ११९ ॥
वेसवारसमायुक्ते दाडिमेन सहाम्लिते ।
कच्छपो बलकृच्छीघ्रं वातजिच्छुक्रकारकः ॥ १२० ॥
स्निग्धोष्णः प्रीणनः सद्यो विपाके कटुकः सरः ।

कच्छप के मांस बनाने की विधि ॥

कछुवा को अच्छी तरह से लाके गरम जलमें डाले, फिर कर्पर से उसका मांस लेके छोटे २ टुकड़े करे फिर हींग सैंधा लवण और वेसवार के सहित सरसों के तैल में पकावे और अनार के रस से खट्टा करे । कछुवे का मांसा बलकर्ता तुरन्त वादी को जीतनेवाला, शुक्र को पैदा करनेवाला, चिकना, गरम, तृप्तिकर्ता, पाकमें कटु और तुरन्त दस्तकरनेवाला है ॥११८।११९।१२०॥

अथ प्रलेहाः ॥

स्थूलानि मांसखण्डानि क्षालितानि च वारिणा ॥ १२१ ॥
ततस्नेहे विनिक्षिप्य दर्व्या सञ्चालयन्पचेत् ।
ततस्तत्र विनिक्षिप्य लवणं जलमल्पकम् ॥ १२२ ॥
पचेत्पटपटाशब्दं तस्मिन्मांसे प्रकुर्वति ।
प्रक्षिपेद्दाडिमीन्नीरं बहुतेन पचेत्पुनः ॥ १२३ ॥
मांसपिण्डेषु सिद्धेषु देया शुण्ठी सजीरका ।
तत उत्तार्य तन्मांसं पृथक्कुर्यात्प्रलेहवित् ॥ १२४ ॥
प्रलेहं वाससा पूतं स्थापयेदन्यभाजने ।
हिङ्गुना घृतयुक्तेन धूपमात्रेव धूपितम् ॥ १२५ ॥

इति गौरीगौरप्रलेहः ॥

मांस रांधने की विधि के पीछे अब प्रलेह की विधि कहते हैं ॥

जलसे धोये हुये मोटे २ मांसके खण्डोंको गरम घृत वा तैल में छोड़ के करछुल से मांस के टुकड़ों को चलाकर पकावे, फिर उसमें लवण और थोड़ा जल छोड़के पकावे, फिर पटपटा शब्द करते हुये उस मांस में दाडिम का

रस छोड़े, फिर उस रस से बहुत पकावे, फिर जब मांसपिण्ड पक्क होजावे तब उन में जीरा और शुंठी देना चाहिये। इसके पीछे उस मांस को आंच से उतार के मांस के रस से अलग करे और रस को कपड़े से छानके दूसरे बर्तन में रक्खे। और घृत युक्त हींग से इसही बर्तन में धुंई करै ॥१२१।१२२। १२३। १२४। १२५॥

गौरी के मत में गौरप्रलेह समाप्त हुआ॥

अथ पत्तलप्रलेहः॥

स एवाल्पामिषः स्नेहः साधितः पत्तलः पुनः।
तथैव वाससा पूतो धूपितोऽपि च पत्तलः॥ १२६॥

अब पत्तल प्रलेह की विधि कहते हैं॥

फिर वही थोड़े मांस सहित पकाया हुआ स्नेह वस्त्रसे छाने और धूपित करे, यह पत्तल प्रलेह होता है॥ १२६॥

अथ धनञ्जयप्रलेहः॥

मांसकूष्माण्डकदलीशृङ्गवेराणि साधयेत्।
प्रलेहविधिना चायं प्रलेहो वै धनञ्जयः॥ १२७॥

अब धनंजय प्रलेह कहते हैं॥

मांस, कूष्माण्ड (कोल्हा), केला और अदरख इन सबों को पहले कही प्रलेहविधि से बनावे यह धनंजय प्रलेह होता है॥ १२७॥

अथ गौडदेशीयप्रलेहः॥

हिङ्ग्वार्द्रबीजपूरैलालवणैः सम्भृतेन तु।
कुट्टितामिषपिष्टेन तक्रदाडिमबीजतः॥ १२८॥
सोषणावेसवाराभ्यां प्रलेहो गौडदेशजः।
प्रलेहो रुचिदो हृद्यः कफानिलरुजापहः॥ १२९॥
संग्राही पित्तकृत्किञ्चिच्छूलाध्मानगदाञ्जयेत्।

अब गौड़देशीय प्रलेह कहते हैं॥

हींग, अदरख बीजपूर, एला (इलायची) और लवण इन सबों से

कूटे हुये मांसपिष्ट से, तक्र और दाड़िम के वीज से, मरिच और वेसवार नामक मसाले के योग से याने इन सम्पूर्ण पदार्थों से पहले कही हुई विधि से गौड़ देशज मलेह होता है। मलेह—रुचिकारी, हृदय को हितकारी, संग्राही, पित्तकर्ता, कफ और वायुको हरणकर्ता और कुछ शूल रोगों को जीते है ॥ १२८। १२९ ॥

अथ पूरणम् ॥

हिङ्गुधान्यजले मांसं सुस्विन्नं सूक्ष्मकुट्टितम् ॥ १३० ॥
संयुक्तं हिङ्गुजीरार्द्रबीजपूरैलसैन्धवैः।
घृते तप्ते परिभृष्टं धूपितं मांसपूरणम् ॥ १३१ ॥
मांसस्य पूरणं रुच्यं हृद्यं पुष्टिकरं परम्।
वातपित्तहरं बल्यं मन्दाग्निकफनाशनम् ॥ १३२ ॥

अव पूरण वनाने की विधि कहते हैं ॥

महीन कूटे हुये मांस को हींग और धनियां के जल में सुस्विन्न करे (सिजोवे) फिर हींग, जीरा, अदरख, वीजपूर, इलायची और सैन्धव लवण ये सव युक्त करे फिर इसको गरम घृत में पचावे और धूपित करे। यह मांस पूरण होताहै। मांस का पूरण—रुचिकर्ता, हृदय को हितकर्ता, पुष्टिकर्ता, बलकर्ता, वात, पित्त को हरणकर्ता, मन्दाग्नि और कफ को नाश करनेवाला है ॥ १३० । १३१ । १३२ ॥

अथ समोसा ॥

मण्डकस्य कृता पिष्टी पूरणेन प्रपूरिता।
वेष्ट्या शृङ्गाटकाकारा सन्धिं लिप्येत्कनिष्ठया ॥ १३३ ॥
घृते भृष्टा समोसेतिनाम्नाचष्टे हि सूपकैः।
सुरुच्यं वातजिद्बल्यं वृष्यं पित्तापहं गुरु ॥ १३४ ॥
विशेषोऽत्रगुणं यो हि मांसभेदाद्विविच्यते।

समोसा वनाने की विधि कहते हैं ॥

मंडक की पीठी मांसपूरण से पूरित करे याने मंडक की पीठी लेके उसके भीतर मांसपूरण भरदेवे फिर उसको वेलण से सिंघाड़ेके आकार बनाके उस

की संधि को कनिष्ठा से वन्द करे। फिर घृत में पकावे,इनको नामसे सूपकार समोसा कहते हैं,यह समोसा–रुचिकारी,वृष्य,वलकारी,भारी,वायु को जीतने वाला, पित्त को हरण करनेवाला होता है। यहां जो यह विशेष गुण कहा है सो मांस के भेद से कहा है॥ १३३। १३४॥

अथ पूरणप्रलेहः॥

मांसं पूरणयोगेन लोष्टाकारं विधाय च॥ १३५॥
स्विन्नं कृतं घृते भृष्टं प्रलेहविधिना पचेत्।
पूरणस्य प्रलेहोयः स ज्ञेयो वातनाशनः॥ १३६॥
श्लेष्मान्तकारकश्चैव मुखवैरस्यहृद्धरः।

अब पूरण प्रलेह कहते हैं।

पूरण मिले मांस को लोयाकार करके स्विन्नकरे (सिजोवे) और घृत में भर्जन करे और प्रलेह विधि से पकावे। यह जो पूरण प्रलेहहै सो वायुको नाश करता है। और कफ को नाश करता है। श्रेष्ठ और मुख की विरसता को हरण करता है॥ १३५। १३६॥

अथ शुक्लवर्णप्रलेहः॥

घृतवेसनधान्याकहिङ्गुभृद्दाधिसंयुते॥ १३७॥
वस्त्रपूतेऽर्द्धसंपक्के स्विन्नं मांसं विनिक्षिपेत्।
लवणंहिङ्गुनिःक्षिप्य शुण्ठीं क्षिप्त्वा सुपाचयेत्॥ १३८॥
एलां क्षिप्त्वावतार्येतं पटपूतं च धूपयेत्।

अब शुक्लवर्ण प्रलेह कहते हैं॥

कपड़े से छानेहुये और आधे पके हुये घृत, वेसन, धनियां, हींग और दही इन में स्विन्न (सिजोये) मांस को छोड़े फिर लवण, हींग और शुंठी डालकर पचावे फिर एला (इलायची) डालकर उतारे और कपड़े से ढांक कर धूप देवे॥ १३७। १३८॥

अथ पीतवर्णप्रलेहः॥

प्रलेहः पीतवर्णोऽपि कार्यः शुक्लप्रलेहवत्॥ १३९॥

विशेषोऽत्र हरिद्रायाः संसर्गः कुङ्कुमस्य वा ।
तप्तस्नेहे क्षिपेद्धिङ्गुसंयुक्तं कासमर्दनम् ॥ १४० ॥
धान्यं च लवणाजाजीधौतं मांसं ततः क्षिपेत् ।
ततोऽर्द्धस्फुटिते मांसे दाडिमीबीजसन्धितम् ॥ १४१ ॥
तक्रं शुण्ठीं विनिःक्षिप्य सिद्धे हिङ्गुं विनिःक्षिपेत् ।
तत उत्तार्य वस्त्रेण गालयेद्धूपयेदिदम् ॥ १४२ ॥

पीतवर्ण प्रलेह की विधि ॥

पीतवर्ण (पीले रंग) का प्रलेह भी शुक्लप्रलेह की तरह करे । यहां विशेष हलदी वा केसर का संसर्ग (मेल) होता है । गरम घृत वा तैल में हींग, कासमर्द (मसाला) धनियां, लवण, अजाजी (सफेद जीरा) ये संपूर्ण चीजें छोड़े, फिर धोया मांस छोड़े, फिर आधा मांस सीजने पर दाड़िम के बीज छोड़े, फिर तक्र और शुंठी डालकर पकावे फिर सिद्ध होने पर हींग डाले । पीछे उतारकर वस्त्रसे ढांककर धूप देवे ॥ १३९ । १४०।१४१।१४२॥

अथ हरितवर्णप्रलेहः ॥

मेथिकाकासमर्दाम्लकल्केन च करालिते ।
घृते मांसं विनिःक्षिप्य पचेच्छुक्लप्रलेहवत् ॥ १४३ ॥
सिद्धं च गालयेद्वस्त्रे कृत्वा वर्णप्रयोजनम् ।
ताम्बूलं काष्ठजागारं देयं हरितहेतुना ॥ १४४ ॥

हरित वर्ण प्रलेह की विधि ॥

मेथी, कासमर्द, और आमले इन सबों को पीस कर लुगदी बनावे फिर इसको घृत में डालकर पचावे जब घृत खूब गरम होजावे तब उसमें मांस छोड़कर शुक्ल प्रलेह की तरह पचावे जब पचकर तयार होजावे तब वस्त्र में गाले फिर वर्णप्रयोजन याने रंगत करके ताम्बूल, काष्ठजागार (काष्ठदारु) हरीरंगत के लिये देवे ॥ १४३ । १४४ ॥

अथ रक्तवर्णप्रलेहः ॥

रक्तवर्णप्रलेहस्य संसिद्ध्यर्थं विनिःक्षिपेत् ।
कासमर्दं दाडिमस्य स्थाने शेषं तु पूर्ववत् ॥ १४५ ॥

अरुचौ रुचिदः सद्यो नानावर्णप्रसाधितः ।
प्रलेहः कफवातघ्नः किञ्चित्पित्तकरः स्मृतः ॥ १४६ ॥

अब रक्तवर्ण प्रलेह कहते हैं ॥

रक्तवर्ण प्रलेह बनाने के अर्थ दाडिम की जगह कामसर्द छोड़ै और संपूर्ण क्रिया पहले की तरह करे । नानावर्ण का प्रलेह, अरुचि में तुरन्त रुचिकर्ता कफ और वातका नाशकर्ता, और कुछ पित्तकर्ता कहाहै ॥ १४५ । १४६ ॥

अथ भृष्टमांसम् ॥

अङ्गारकर्पराभ्यां च शूलयन्त्रे पुटेऽथवा ।
भर्जनं विविधं प्रोक्तं सूपकारविशारदैः ॥ १४७ ॥
जलेन स्वेदयेत्पूर्वं प्रोतं शूल्येन्तरान्तरम् ।
दध्यार्द्रहिङ्गुलवणैर्लिप्त्वाङ्गारग्निनापचेत् ॥ १४८ ॥
तच्छूल्यं तु सुधातुल्य रुच्यं वह्निप्रदं लघु ।
तदेवाङ्गारपक्वं तु प्रतप्तं वातनाशनम् ॥ १४९ ॥

अङ्गार और कर्परोंसे शूलयन्त्र अथवा पुटयन्त्रमें सूपकार विशारद यानेपाक करने में चतुर पुरुषों ने, भर्जन कई प्रकार का कहाहै । पहले/ जल से स्वेदन करै पीछे उसके भीतर सूया पोवे फिर उस के चारों तरफ़ दही, हींग, अदरख और लवण लिप्त करके अर्थात् लपट के अंगारों की आग से पकावे । यह शूल्य अर्थात् सूया से पकाया हुआ मांस, अमृत के समान होताहै और रुचि-कारक, अग्नि को बढानेवाला और हलका होताहै । और यही अंगारों से पकाया होय तो बहुत तप्त और वात (वादी) को नाशकर्ता होता है ॥ १४७ । १४८ । १४९ ॥

अथ यकृद्भृष्टम् ॥

स्विन्नं यकृद्घृते तप्ते दध्नालोड्य च भर्जितम् ।
मात्रया दधिसिन्धूत्थरामठैलापरिप्लुतम् ॥ १५० ॥
मरिचार्द्रकसंयुक्तं सुगन्धिद्रव्यवासितम् ।
गतद्रवं सुधातुल्यं परिशुष्कं तदुच्यते ॥ १५१ ॥

परिशुष्कं स्थिरं स्निग्धं रोचनं तर्पणं लघु ।
बलमेधाग्निमांसौजःशुक्रवृद्धिकरं परम् ॥ १५२ ॥

गरम घृतमें स्विन्न (सिजोये) हुये यकृत् (कलेजी)को दही से आलोडन करके भर्जित करे अर्थात् सेके। फिर कहीहुई मात्रा से दही, सैन्धव लवण, हींग, इलायची, मिरच और अदरख मिलावे, और सुगन्धित द्रव्यों से वासितकरे अर्थात् सुगन्धित पदार्थ मिलावे। गतद्रव अर्थात्गीलेपनसे रहित यह मांस अमृत के बराबर होताहै, इसको परिशुष्क कहते हैं। यह परिशुष्क मांस, स्थिर, चिकना, रोचन, तर्पण और हलका है, बल, बुद्धि, अग्नि, मांस, पराक्रम और शुक्र इनको बढ़ाता है और उत्तमहै ॥ १५० । १५१ । १५२ ॥

अथ तान्दूरम् ॥

अङ्गारपूर्णगर्तायामलग्नमवलम्बितम् ।
विहितं सम्भृतैर्मांसं पक्वं तान्दूरमुच्यते ॥ १५३ ॥

अंगारों से भरेहुए गर्त (खड्डा) में अवलम्बित (लटकाया) और अलग्न पकाया हुआ जो मांस उसको तान्दूर कहते हैं ॥ १५३ ॥

अथ सुस्वादुतान्दूरम् ॥

पचेद्गर्तान्तरिक्षस्थं लम्बितं भारसम्भृतम् ।
चतुर्दिग्मण्डलाकारे पार्श्वप्रज्वलितानले ॥ १५४ ॥
विपक्वं सुरभि स्वादु तान्दूरमिति कीर्त्यते ।

जिसके चारों तरफ आग जल रही हो ऐसे गोल खड्डा के भीतर मांस के भार को लटका के पचावे। यह पक्वमांस सुगन्धवान् और स्वादवाला होताहै। इसको स्वादुतान्दूर कहते हैं ॥ १५४ ॥

अथ शूलपक्वतान्दूरम् ॥

कोष्ठिकायां ससम्भारमलग्नमवलम्बितम् ॥ १५५ ॥
मांसं विधाय वाह्याग्निज्वालया स्वेदितं वरम् ।
तान्दूरं रुचिदं मांसं मृदुपथ्यतमं स्मृतम् ॥ १५६ ॥
सद्यो हतं नवं स्थूलमन्यथा दोषकारकम् ।

कोष्ठिका के भीतर कोष्ठिका की अग्नि से अलग्नरहे इस रीति मांस को लटका के वाहर की अग्नि की ज्वाला से पचावे यह मांस उत्तम होताहै। यह तान्दूरमांस–रुचिकर्ता, कोमल, अत्यन्तपथ्य कहा है । यह ताज़ा और नवीन और मोटा अच्छा होता है, और इससे अन्यथा होवे याने वासी पतला वग़ैरह होवे तो दोषों का करने वाला होताहै ॥ १५५ । १५६ ॥

अथ पुटपाकः ॥

सूक्ष्मं यत्कुट्टितं मांसं सम्भृतं वेसवारकैः ॥ १५७ ॥
छन्नं पत्रैर्मृदा सर्वं वेष्टितं वर्तुलाकृतिम् ।
पचेत्प्रज्वलिते गर्त्ते कर्णिक्यान्तेन वै पचेत् ॥ १५८ ॥
एवं बीजपूरदलैर्नारङ्गदलवेष्टितम् ।

खूब महीन कूटे हुए मांस में वेसवार (मसाला) मिलाय उसके चारों तरफ पत्ते लपेट और फिर उसको मिट्टी से लपेटके गोलाकर पिंडा बनाय उस को ज्वाला निकलते हुए अग्नि के गर्त (खड्डे) में पचावे। और भीतर की कर्णिका तक पचावे । ऐसेही बीजपूर और नारङ्ग के पत्रों से वेष्टित करके भी पचावे ॥ १५७ । १५८ ॥

अथ फलपुटपाकः ॥

पिष्टं साम्लमनम्लं वा सभृतं कोरितेफले ॥ १५९ ॥
पूर्ववत्पाचितं वह्नौ विपचेत्फलसंज्ञकम् ।
पुटपाकेन यन्मांसं पाचितं पाचकं हि तत् ॥ १६० ॥
सोष्णं तद्गुणवज्ज्ञेयं शीतं शुष्कं तु दुर्जरम् ॥

फल को भीतर से कोरके याने भीतर के बीज आदि निकाल पोला करके उसके भीतर अम्ल (खट्टे) पदार्थ के सहित वा रहित पिसे हुए मांस को भरके पहले की तरह अग्नि में पचावे। यह फलसंज्ञक पाक होताहै । पुटपाक से पकाया जो मांस वह पाचक होताहै । यह गरम तो उन गुणों के सहित होताहै। ठंढा और सूखा दुर्जर (दुःखसे पचनेवाला) होता है ॥१५९।१६०॥

अथ वर्त्तनप्रलेहः ॥

मांसस्य पिंष्टिकां कृत्वा वेसवारेण योजिताम् ॥ १६१ ॥

बहुधा क्रियते तस्या वटिका वटकादिकम् ।
आम्रबिम्बीफलाकारं लड्डुकावटकादिकम् ॥ १६२ ॥
शृङ्गाटकफलाकारं यथा बुद्धिप्रकारजम् ।
कृत्वा हि बहुधाकारं स्वेदितं घृतभर्जितम् ॥ १६३ ॥
वेसवारयुते तक्रे क्वथिते च मनोरमे ।
निःक्षिप्य चालयेदीषदुत्तार्यैलादिवासिते ॥ १६४ ॥
एवं तु बहुधा कार्यो मांसमुद्गप्रलेहकः ।
प्रलेहो वातजिद्बल्यस्तक्रमांसभवोरसः ॥ १६५ ॥
प्रीणनो व्रणयुक्तानां शुक्रदः क्षीणरेतसाम् ।

अब वण्टनप्रलेह कहते हैं ॥

मांस को पीस कर उसकी पीठी बनाके उसमें वेसवार (मसाला) मिला के उसके वटिका (पकोड़ी), वटक (वड़े) आदि, अथवा आम्रबिम्बीफल के आकार लड्डूक (लड्डू) और वटक आदि अथवा शृङ्गाटक (सिंघाड़े)के फलके आकार अपनी बुद्धि से कोई सा प्रकार बनाकर स्वेदित करे याने पचावे और घृत में भर्जन करे, वेसवार सहित मनको प्रसन्न करनेवाले गरम तक्र में इसको छोड़ के कुरछी आदि से थोड़ा चलावे फिर अग्नि से उतार के इलायची आदि से सुगन्धित करे । ऐसेही मांसमुद्ग प्रलेह कई प्रकार के करने चाहिये । प्रलेह, वादी को जीतनेवाला और बलकारी होताहै । तक्र और मांस से जो रस होताहै वो व्रण युक्तों को प्रीणन और क्षीणरेतस् याने जिनका धातु क्षीण होगया हो उनको शुक्र (वीर्य) को देनेवालाहै ॥ १६१ । १६२ ॥ १६३ । १६४ । १६५ ॥

अथ मांसैण्डरी ॥

पिष्टे मांसैरण्डरीस्विन्नामाहारीपर्णवेष्टिता ॥ १६६ ॥
मरिचैः स्नेहलवणैः संस्कुर्याद्धूपयेत्ततः ।
मांसस्यैरण्डरिका प्रोक्ता गुर्वी वृष्यानिलापहा ॥ १६७ ॥
विशेषोऽत्र गुणानां यः स ज्ञेयो मांसभेदतः ।

अथ मांसेंडरी कहते हैं ॥

पिसे हुये मांस की इन्डरिका को माहारीके पत्तों से वेष्टित करके स्विन्न करे फिर मरिच घृत अथवा तैल और लवण इनसे युक्त करे, फिर धूपसे धूपितकरे। यह मांसेंडरी, गुर्वी (भारी) वृष्या वादी को नाशकरनेवाली है । यहां जो विशेष गुण कहाहै वो मांस के भेद से होताहै ॥ १६६ । १६७ ॥

अथ कुट्टितमांसम् ॥

मांसमत्स्नायुसंगृह्य सूक्ष्मं कृत्वातु कुट्टितम् ॥ १६८ ॥
वेसवारसुगन्ध्यं तत्स्वेदितं पाचितं भवेत् ।
कुट्टितं पाचितं मांसं तन्मांसं लघुदीपनम् ॥ १६९ ॥
तत्रापि जाङ्गलं श्रेष्ठं जाङ्गलेष्वपि पक्षिणाम् ।

अथ कुट्टितमांस की विधि कहते हैं ॥

मांस और स्नायु (मज्जा) लेके उस को महीन कूट के वेसवार से लेके सुगन्धिपर्यन्त संपूर्ण क्रिया पहले की तरह करे, वो स्वेदित और पाचित होय है । कुट्टित और पाचित मांस, हलका और दीपन (अग्नि को जगानेवाला) होता है । इनमें भी जांगल मांस अच्छा होताहै और जांगलों में भी पक्षियों का मांस अच्छा होताहै ॥ १६८ । १६९ ॥

अथ मधुरमांसपाकः ॥

घृताम्बुस्वेदिते मांसे शुण्ठीचूर्णं विनिक्षिपेत् ॥ १७० ॥
दुग्धं च शर्करोपेतं पश्चात्सौगन्धिकं न्यसेत् ।
नातिसान्द्रं नातिशुष्कमिदं क्षीरामृतं स्मृतम् ॥ १७१ ॥
क्षीरामृतं बहुरसं न चोष्णं नातिशीतलम् ।
वातपित्तहरं वृष्यं सुस्निग्धमतिकोमलम् ॥ १७२ ॥

घृत और जलसे पचाये मांसमें शुंठी के चूर्ण को छोड़े और शर्करा (खांड़) सहित दुग्ध छोड़े पीछे सुगन्धवाले द्रव्य छोड़े । इस प्रकार सिद्ध किये न बहुत गाढे और न बहुत पतले ऐसे मांसको क्षीरामृत कहते हैं । यह बहु-रसक्षीरामृत-न गरम और न बहुत ठंढा, वात और पित्त को हरणकर्ता, वृष्य, सुस्निग्ध (अच्छा चिकना) और बहुत कोमल कहा है ॥ १७० । १७१ । १७२ ॥

अथ मुण्डरन्धनम् ॥

समग्रं विदहेन्मुण्डमग्निना स्थूलहोतिना ।
प्रक्षाल्य तप्तपानीयैर्लोमनाशाय घर्षयेत् ॥ १७३ ॥
खण्डयित्वा पचेत्तैले घृते चोपस्करान्विते ।
मुण्डामिषं वातहरं स्निग्धं गुरुतरं स्मृतम् ॥ १७४ ॥
यस्य यस्य हि यन्मुण्डं तन्मांसैकगुणावहम् ।
मुण्डस्य विधिना पाच्यं चरणं तु प्रलेहितम् ॥ १७५ ॥
चरणं वातहृद्बल्यं वृष्यं पित्तहरं गुरु ।

अब मुंडपकाने की विधि कहते हैं ॥

बहुत अग्नि से समग्र (सारे) मुंड याने बकरे आदि के शिर को बाले फिर गरम जलसे अच्छी तरह धोके लोमों (केशों) के नाश करने के लिये घिसे । फिर टुकड़े करके उपस्करों के सहित घृत वा तैल में पचावे । मुंड का मांस-बादी का हर्ता, चिकना और बहुत भारी कहा है । जिस २ प्राणी का जो मुंड होगा वो उसही प्राणी के मांस के गुण को करताहै । मुंड की विधि से ही प्रलेहित चरण को पचाके प्रलेह करना चाहिये । चरण (पैर) वायु को हरणकर्ता, बलकर्ता, वृष्य, पित्तहर्त्ता और भारी कहाहै॥१७३॥१७४॥१७५॥

अथान्त्ररन्धनम् ॥

आन्त्रिका छिद्रमार्गेण धौतां निर्मलवारिणा ॥ १७६ ॥
शृङ्खलासंज्ञतां कृत्वा स्वेदयेद्धिङ्गुवारिणा ।
कर्तितां वेसवाराम्लैस्तलयेद्वाप्रलेहयेत् ॥ १७७ ॥
आन्त्रिका गुर्विका रूक्षा वातकृच्छ्लेष्मकारिणी ।
निःसारा विरसोद्गारा तद्वज्ज्ञेयातु चोषिणका ॥ १७८ ॥

अन्त्र (आंत) रांधने की विधि कहते हैं ॥

छिद्रमार्ग से आन्त्रिका (आंत) को स्वच्छ जल से धोके शृंखला (सांकल) के आकार मोड़के हींग के जल से स्वेदन करे फिर काट के वेसवार और अम्ल से तले वा प्रलेह करें । आंत-भारी, रूखी, वायु करनेवाली, पित्त क-

रनेवाली, निःसारा (साररहित,) उद्गारा (वमन करनेवाली) और गरम जाननी चाहिये ॥ १७६ । १७७ । १७८ ॥

अथ राजिकमांसम् ॥

स्विन्नं तक्राम्बुना मांसं घृतभृष्टं सुवासितम् ।
सुचूर्णं सैन्धवोपेतं दधिराजिकया युतम् ॥ १७९ ॥
मांसासुरी तु वातघ्नी लघ्वी रुच्या बलप्रदा ।
कफघ्नी पित्तला किञ्चित्सर्वाहारस्य पाचनी ॥ १८० ॥

तक्र (छांछ) और जल से मांस को स्विन्न करे फिर उसको घृत में भृष्टकरे (तले) और सुगन्धि द्रव्यों से सुगन्धित करे । और सैन्धव लवण के सहित उद्धूलन के चूर्ण में दही और राई मिला के युक्तकरे इसप्रकार राजिकमांस (राई का मांस) होताहै । इसको मांसासुरी कहते हैं । मांसासुरी—वातनाशक, हलकी, रुचिकारक, बलदेनेवाली, कफको नाश करनेवाली, कुछ पित्तकरनेवाली और संपूर्ण आहार को पचानेवाली है ॥ १७९ । १८० ॥

अथ मांसपूरितवार्ताकम् ॥

वृन्तमुत्सार्य वार्ताकं कोरितं पूरयेद्दृढम् ।
कुट्टिताख्येन मांसेन पूरितं पूरणेन वा ॥ १८१ ॥
ततस्तेनैव वृन्तेन तच्छिद्रं मुद्रितं पुनः ।
सन्धिं कणिक्ययालिप्य प्रलेहविधिना पचेत् ॥ १८२ ॥
मांसं वृन्ताकसम्भूतं प्रलेहो वातनाशनः ।
रुचिपुष्टिकरश्चैव बल्यो वृष्यो रुजापहः ॥ १८३ ॥

वार्त्ताक (बैंगन) का वृन्त (डांड) उतार के उसको भीतर से कोरे फिर कुट्टित मांस से अथवा पहले कहे हुए पूरणमांस से भरदेवे । फिर उसही वृन्त से उस छिद्र को मुद्रितकरे अर्थात् बन्दकरे और उस छिद्र की चारोंतरफ़ की संधि को कणिक्या से लीपकर प्रलेह की विधि से पचावे । यह वृन्ताक से बना मांस प्रलेह, वातनाशक, रुचि और पुष्टिकर्त्ता, बलकर्त्ता, वृष्य और रोग को हरणकर्त्ता कहाहै ॥ १८१ । १८२ । १८३ ॥

अथ पक्षिमांसप्रकारः ॥

त्वक्पक्षरहितं मांसं स्विन्नं तक्रेऽथवा जले ।
अथवा पुटपाकेन स्वेदितं वाथ दाविके ॥ १८४ ॥
शलाकस्थं पचेदग्नौ दधिसैन्धवहिङ्गुभिः ॥
संस्कृतं मरिचैलाभिरेतत्पक्वतमं स्मृतम् ॥ १८५ ॥
अथवास्वेदितं मांसं पाचितं वैसवारिकम् ।
घनद्रवे वा विरले प्रलेहविधिवत्पचेत् ॥ १८६ ॥

अब पक्षियों के मांस बनाने की विधि कहते हैं ॥

त्वक् (चर्म) और पक्ष (पंख) से रहित मांस को तक्र अथवा जल में स्विन्न करे, अथवा पुटपाक से पचावे पीछे दही, सेंधा लवण, हींग, मरिच और इलायची मिलाके लोह आदि की शलाका के चारोंतरफ़ लपेट के आविक अग्नि में पकावे । ये पक्वतम मांस कहाहै । अथवा स्वेदित मांस में वेसवार मिलाके वहुत अथवाथोड़े घृत वा तैलमें प्रलेह की तरह पचावे॥१८४॥१८५॥१८६॥

अथ महाबलपाकः ॥

कृत्वा पक्षविहीनं तद्बीजपूरार्द्रसैन्धवैः ।
लवङ्गैलायुतं प्रेष्यं लोष्टीकृत्य सुस्वेदितम् ॥ १८७ ॥
ततः कृतं शलाकस्थं भृष्टकं स्यान्महाबलम् ।

पक्ष (पंख) रहित मांस को बीजपूर, अदरख, सेंधालवण, लवङ्ग और इलायची इन सबों से युक्त करके पीसे, पीछे लोयाकी तरह गोल करके स्वेदित करे फिर शलाकामें पोके भर्जन करे । इसप्रकार बनाया मांस, महाबल होताहै ॥ १८७ ॥

अथ बलभूतिपाकः ॥

त्वक्पक्षरहितं स्विन्नं गुम्फितं चान्तरान्तरम् ॥ १८८ ॥
शलाकायां च संपाच्यं भृष्टोपस्करसंयुतम् ।
शूल्यं सर्वोत्तमं मांसं लघुरुच्यमपित्तलम् ॥ १८९ ॥
कफवातहरं श्रेष्ठं सर्वपाकोत्तमोत्तमम् ।

त्वक् (चर्म) और पक्ष (पंख) रहित मांस को स्विन्न करे याने सिजोवे फिर उसके भीतर शलाका (सलाई) पोके उपस्करों के साथ पकावे। यह शूलपक्व मांस सर्वोत्तम, हलका, रुचिकर्त्ता और पित्तरहित, कफ और वात(बादी) को हरणकर्त्ता, अच्छा और संपूर्ण पाकों में उत्तमोत्तम (बहुत अच्छा) है ॥ १८८ । १८९ ॥

अथानूपजम् ॥

स्वाद्यमानूपजं मांसं लुञ्चितं भर्जितं मनाक् ॥ १९० ॥
क्षालितं वारिणात्यर्थं वेसवारेण संयुतम् ।
रेषितं बहुधा शुक्लौ स्वेदितं वारिणा भृशम् ॥ १९१ ॥
सुस्विन्नं खण्डितं सर्वमङ्गाङ्गेऽस्थिविवर्जितम् ।
तप्तमाज्ये सवाह्लीके वेसवारसमन्विते ॥ १९२ ॥
भर्जितं पाचितं तोयैः पूर्ववत्स्वेदसम्भवैः ।
प्रलेहे तलने वाथ शूले वा बहुधा पचेत् ॥ १९३ ॥
आनूपं बलकृन्मांसं स्निग्धं गुरुतरं स्मृतम् ।
धान्याङ्कुरचरा येत्र तेषां मांसं लघूत्तमम् ॥ १९४ ॥
विपाचितास्तित्तिरवर्त्तिकाद्याः
कपिञ्जलालावकपोतकाश्च ।
एकैकशोद्रव्यचयानुयोगा-
न्मयूररूपः कथितः सुधायाम् ॥ १९५ ॥
उदकस्थलजातानां विधिरुक्तस्तु रन्धने ।
पक्षिणो यस्य यन्मांसं तन्मांसं तद्गुणावहम् ॥ १९६ ॥

अब आनूपमांस बनाने की विधि कहते हैं ॥

आनूपज प्राणियों का स्वादु मांस नोच के थोड़ा भर्जन करे । फिर जल से कईवार धोके वेसवार नामक मसाला मिलाके जल से खूब पचावे इस सुस्विन्न याने सिजोयाहुआ और काटाहुआ हड्डियोंरहित मांस को हींग और वेसवार युक्त गरम घृत में भर्जित करे और पहले की तरह जल से स्वेदन करे याने प-

चावे। प्रलेह में तलने में और शूल में कई प्रकारसे पकावे। आनूप मांस (जलसंचारी पक्षियों का मांस) बलकर्त्ता, चिकना, बहुतभारी है। और इन में भी धान्यांकुरों (अन्न के अंकुरों) के करनेवाले प्राणियों का मांस उत्तम और हलका है। पचायेहुये तीतर, बतक आदि और कपिञ्जल, लाव (लवा) और कपोत याने कबूतरजाति इन सबों में हरएक द्रव्यों के समुदायों के मिलने से मयूर के समान कहा है। यह जल और स्थल में पैदाहोनेवाले प्राणियों के मांस रांधने की विधि कही है। जिस पक्षी का जो मांस होता है वो मांस उसही पक्षीके गुणवाला होताहै ॥१९०।१९१। १९२। १९३। १९४।१९५।१९६ ॥

अथ तित्तिरिः ॥

तित्तिरिर्बलदो ग्राही हिक्कादोषत्रयापहः।
श्वासकासहरः कृष्णस्तस्माद्गौराधिकोगुणैः ॥ १९७ ॥

काले तीतर का मांस—बलदाता, ग्राही, हिचकी और त्रिदोष को नाश करनेवाला, श्वास और कास (खांसी) को हरण करनेवालाहै। इस काले तीतर से सफेद तीतर गुणों से अधिकहै ॥ १९७ ॥

अथ बटेरः ॥

वर्तकोऽग्निकरः शीतो ज्वरदोषत्रयापहः।
सुरुच्यः शुक्रदो बल्यस्ततोऽल्पा वर्तिका स्मृता ॥ १९८ ॥

वर्त्तक (बटेर) का मांस, अग्निकारी, शीतल, ज्वर और त्रिदोष को नाश करनेवाला, रुचिकारी, शुक्र (वीर्य) दाता, और बलकर्त्ताहै। और बटेर के मांस से वर्तिका के मांस में कुछ थोड़े गुणहैं ॥ १९८ ॥

अथ लावकः ॥

लावो हृद्यो हिमः स्निग्धो ग्राही वह्निप्रदीपनः।
पांशुलः श्लेष्मलस्तेषामुष्णवीर्योऽनिलापहः ॥ १९९ ॥
गौरकः कफवातघ्नो रूक्षो वह्निप्रदः परम्।
पौण्ड्रकः पित्तकृत्किञ्चिल्लघुश्लेष्मश्रमापहः ॥ २०० ॥
दर्भरो रक्तपित्तघ्नो हृदामयहरोहिमः।
शीतलो रुचिकृद्बल्यः पथ्यदो शीघ्रपाचकः ॥ २०१ ॥

लवा चारप्रकार का होताहै। पांशुल, गौरक, पुंड्रक और दर्भर। लवा-हृदय को हितकारी, ठंढा चिकना, ग्राही और अग्निकर्ता है। इनमें पांशुलजातिकालवा-कफकर्ता गरमवीर्य, और वातनाशकहै, गौरक जातिकालवा-कफ और वात को नाश करनेवाला रूखा और अग्निकर्ताहै। पौंड्रक जातिकालवा-पित्तकर्ता, कुछ हलका, कफ और परिश्रम को हरण करनेवालाहै। दर्भर जातिकालवा-रक्तपित्त को नाश करनेवाला, हृदयरोग को हरणकर्ता, हिम, शीतल, रुचिकर्ता, भव्य, पथ्य और शीघ्रपाचकहै॥ १९९। २००। २०१॥

अथ मायूरः॥

मायूरं पाचितं मांसं घृते सोपस्करान्विते।
ईषल्लवणसंयुक्तं मरिचैलासमन्वितम्॥ १०२॥
मयूरोष्णः कषायश्च कफानिलहरो गुरुः।
वर्षाकाले न तत्सेव्यं दुष्टकीटाहिभक्षणात्॥ २०३॥

थोड़ा लवण, मरिच और इलायची, मिला मयूर का मांस उपस्कारों के सहित घृत में पचावे। मयूर-गरम, कषायला, कफ और वातनाशक और भारी है। दुष्ट कीट सर्प आदि को खाने के कारण मयूर के मास को वर्षा काल में नहीं सेवना चाहिये॥ २०२। २०३॥

अथ हिताहितम्॥

सद्योहतं भवेन्मांसं व्याधिहारिसदामृतम्।
वयस्थं बृंहणं सात्म्यमन्यथा परिवर्जयेत्॥ २०४॥

तत्काल मारे हुये जीवों का मांस-सदा अमृत के समान, व्याधिनाशक, अवस्थास्थापक, बृंहण और पथ्य है। और प्रकार का मांस त्याज्यहै॥२०४॥

वृद्धानां दोषदं मांसं बालानां बलदं गुरु।
च्युतगर्भा गुरुर्योषिद्गर्भो गर्भवती तथा॥ २०५॥

वृद्ध (बुड्ढे) जीवों का मांस रोगकर्ता है। और बालक जीवों का मांस बलकर्ता और भारी है। जिसका गर्भ गिरगया हो और जो गर्भवती हो ऐसी स्त्री का मांस, और गर्भ का मांस, भारी होताहै २०५॥

स्वयं मृतमबल्यं स्यादतीसारकरं गुरु।
विषाम्बुरुङ्मृतानां तु दोषत्रयरुगावहम्॥ २०६॥

अपने आप मरे हुये जीव का मांस निर्बलता और अतीसार को करे है और भारी है। जहरसे, रोगसे और जलमें मरे हुये जीवों का मांस-त्रिदोष और अनेक प्रकार के रोगों को करे है ॥ २०६ ॥

विहङ्गेषु पुमाञ्च्छ्रेष्ठः श्रेष्ठा स्त्री पशुयोनिषु ॥
पश्चिमार्द्धो लघुः पुंसां स्त्रीणां पूर्वार्द्धमादिशेत् ॥ २०७ ॥

पक्षियोंमें पुरुष का मांस और चारपैरवाले पशुओं में स्त्री का मांस उत्तम है। पुरुषों का पश्चिमार्द्ध (पश्चिम की तरफ़ का) और स्त्रियों का पूर्वार्द्ध (पूर्व की तरफ़ का) मांस हलका है ॥ २०७ ॥

तुल्यजातिष्वल्पदेहा महादेहेषु पूजिताः ।
अल्पदेहेषु शस्यन्ते ये स्युर्विपिनचारिणः ॥ २०८ ॥
चेष्टावतां परं मांसं हृद्यं रुच्यं लघु स्मृतम् ।
देहमध्यं गुरु प्रायः सर्वेषां प्राणिनां मतम् ॥ २०९ ॥
पक्षक्षेपाद्विहङ्गानां तदेव वरमुच्यते ।
गुरूण्यण्डानि सर्वेषां गुर्वी ग्रीवा च पक्षिणाम् ॥ २१० ॥
ये मृगा विहगास्तोयदूरावासप्रचारकाः ।
ते चाभिष्यन्दिनः सर्वे विपरीतास्ततोऽन्यथा ॥ २११ ॥
जलानूपभवाः सर्वे जलानूपचराश्च ये ।
गुरुभक्षागुरुतरं तेषां मांसमुदीरितम् ॥ २१२ ॥
धान्योत्पत्तिप्रचाराणांलघुः स्याल्लघुपक्षिणाम् ।
ऊरुस्कन्धोदरं मूर्द्धा पादौ पाणी कटी तथा ॥ २१३ ॥
पृष्ठत्वग्यकृदन्त्राणि गुरूण्याह यथोत्तरम् ।

बड़ी देहवाले प्राणियों की जाति में छोटी देहवाले प्राणियों का और छोटी देहवाले प्राणियों में बड़ी देहवाले प्राणियों का मांस उत्तम है। ये वन में विचरनेवाले जीवों के मांस का लक्षण कहाहै। चेष्टावान् प्राणियों का मांस-उत्तम, हृद्य, रुचिकर्ता और हलका कहा है। अकसर संपूर्ण प्राणियों के देह के मध्य का (बीचले हिस्से का) मांस भारी कहा है। पक्षियों के पंख गिर गये हों तो उनका मांस अच्छा है। संपूर्ण पक्षियों के (पखेरुओं के) अंडे

और गर्दन भारी हैं । जे मृग और पत्ती जल से दूर रहते हैं वे संपूर्ण अभिष्यन्दी हैं । और इनसे विपरीत हैं । जल में और अनूप में उत्पन्न होनेवाले तथा जलचर और अनूपचर और भारी पदार्थों के खानेवाले इन सबों का मांस बहुत भारी कहा है । धान्य (गेहूं, जौ, जुवार, बाजरा) आदि चुगने वाले छोटे पखेरुओं का मांस हलका होय है । संपूर्ण प्राणियों की छाती, कंधा, मूर्द्धा, पाद (पैर), पाणि (हाथ), कटी, पीठ, त्वक् (खाल), यकृत् (कलेजी) और आंत ये संपूर्ण क्रमसे उत्तरोत्तर (एक से दूसरी) भारी हैं जैसे छाती से कंधा और कंधे से मस्तक भारी है, इसी प्रकार और भी जानो ॥ २०८। २०९ । २१० । २११ । २१२ । २१३ ॥

ग्राम्यं मांसं वनजमथवानूपजं वा बिलौकं
श्वेतं पीतं हरितमरुणं पाचितं सूपकारैः ।
तल्यं शूल्यं सरसमधुरं स्वेदितं वण्टितं वा
यस्य प्रायो यदभिरुचितं स्तूयते तेन तद्धि ॥ २१४ ॥

ग्राम्यों में बकरी, मेंढा, दुंबा आदि, जांगलों में हरिण, तित्तिर, हरियल आदि, आनूपों में भैंसा, गैंडा, सूकर आदि, बिलेशयों में गोधा, खरगोश आदि का सूपकारों द्वारा सफेद, पीला, हरा और लाल रंगत का तला हुआ, शूल से पकाया हुआ, रससहित, मधुर, स्वेदन किया हुआ ये और बांटा हुआ इन संपूर्ण प्रकार के मांसों में प्रायः (अक्सर) जिसको जो रुचता है वो उसही मांस को अच्छा कहता है ॥ २१४ ॥

भक्तादिमांसपर्यन्तं सर्वमुक्तं मया भृशम् ।
अथ मत्स्यभवा भक्ष्या उच्यन्ते सप्तमोत्सवे ॥ २१५ ॥

इति श्रीनरवैद्यमन्मथात्मजक्षेमशर्मविनिर्मिते क्षेमकुतूहले ग्रन्थेमांसप्रशंसनोनामषष्ठोत्सवः ॥ ६ ॥

भात से लगाके मांस पर्यन्त संपूर्ण द्रव्यों के रांधने की विधि को मैंने (क्षेमशर्माचार्यने) विस्तारपूर्वक कहा । अब इस के पीछे इस सातवें उत्सव में मत्स्यों से बननेवाले भक्ष्य कहते हैं ॥ २१५ ॥

इति श्रीसिद्धान्तवागीशमाधवपुरोहित विनिर्मित भाषा टीका में क्षेमकुतूहल नामक पाकशास्त्रमें मांसप्रशंसन नामक छठा उत्सव समाप्त हुआ ॥ ६ ॥

अथ मत्स्यमांसप्रकारः ॥

मत्स्यखण्डानि संघृष्य क्षालयेत्प्रथमं जले ।
ततो वेसनतक्राभ्यां बहुशः क्षालयेत्पुनः ॥ १ ॥

मत्स्य (मछली) के टुकड़ों को घिसके पहले जल में धोवे । फिर वेसन और तक्रसे खूब धोवे याने कई वार धोवे ॥ १ ॥

अथ गन्धनाशनम् ॥

हरिद्राशुण्ठिधान्याककटुतैलैर्विमर्दयेत् ।
प्रक्षाल्य हिङ्गुना लिम्पेद्गन्धस्तेनोपशाम्यति ॥ २ ॥

हल्दी, शुंठी, धनियाँ और कडुवा तैल इन सबों से मत्स्यमांस को मर्दन करे (मले) फिर हींग के जल से धोके हींग का लेप करे इस प्रकार करने से गन्ध शान्त होता है अर्थात् मत्स्यमांस में जो दुर्गन्ध होता है वो दूर जाता है ॥ २ ॥

अथ मत्स्योत्तमरन्धनम् ॥

तप्ततैले क्षिपेद्धान्यं कासमर्द सहिङ्गुकम् ।
भृष्टं मत्स्यं सलवणं तक्रं क्षिप्त्वा पुनः पचेत् ॥ ३ ॥
अर्द्धपक्के क्षिपेदाम्रसिद्धचूर्णं सनागरम् ।
दग्धहिङ्गुं विनिःक्षिप्य साधयेन्मत्स्यमुत्तमम् ॥ ४ ॥

उत्तम मत्स्य का रांधना ॥

गरम तैल में धनियाँ, कासमर्द और हींग छोड़े फिर लवण के साथ मत्स्य मांस छोड़के भृष्ट करे फिर तक्र छोड़के पचावे । आधा पचने पर आम्रचूर्ण (अमचूर) और नागर (शुंठी) और सिका हुआ हींग छोड़के उत्तम मत्स्य को पचावे ॥ ३ । ४ ॥

अथ मत्स्यप्रलेहः ॥

मांसप्रलेहवत्कार्यः प्रलेहोमत्स्यसम्भवः ।
आदौ तैले खरे पक्कं सर्वमन्यद्धिपूर्ववत् ॥ ५ ॥
वर्णस्य करणे देयं पूर्वोक्तं द्रव्यकं हि यत् ।
उद्धूलनं सुगन्धाय दातव्यं पूर्वसम्भवम् ॥ ६ ॥

अथ मत्स्यप्रलेह कहते हैं ॥

पहिले कहे मांस प्रलेह की तरह मत्स्यमांस का प्रलेह करना चाहिये। पहिले गरम तैल में पचावे और संपूर्ण क्रिया पूर्वोक्त करे अर्थात् पहिलेकी तरह करे। वर्ण (रंगत) के करने में भी पूर्वोक्त ही हल्दी केसर आदि देना चाहिये। और सुगन्ध के लिये पहिले कहा हुआ उद्धूलन देना चाहिये।।५।६॥

अथ मत्स्यखण्डप्रलेहः ॥

सम्यक् प्रक्षालितं मत्स्यं वेसवारेण वेष्टितम्। -
तप्ततैले क्षिपेत्खण्डं हिङ्गुसैन्धवमिश्रितम् ॥ ७ ॥
प्रलेहविधिवत्साध्यो मत्स्यखण्डप्रलेहकः।

अब मत्स्यखण्डप्रलेह कहते हैं ॥

अच्छी तरह धोयेहुये मत्स्यको वेसवारसे वेष्टितकरे अर्थात् उसके चारों तरफ वेसवार लपेट देवे। फिर हींग और सैन्धव लवण मिलाके मत्स्यखंडको गरम तैलमें छोड़े। फिर प्रथम कहे प्रलेह की तरह मत्स्यखण्ड प्रलेहको बनाये ॥७॥

अथ मत्स्यपिष्टिका ॥

गतत्वक्कण्टको मत्स्यो वेसवारेण संयुतः ॥ ८ ॥
शिलायां पेषितो भूयः प्रोच्यते मत्स्यपिष्टिका।
तैले विपाचयेत्पश्चाच्चतुर्थांशाम्लसंयुतम् ॥ ९ ॥
वेसवारेण च युतं शिलायां पेषयेत्पुनः।
अनया पूर्ववत्कार्या मांसस्येवप्रकारकाः ॥ १० ॥
वटिका वटकाद्याश्च सूपकारधियोचिता।

अब मत्स्यपिष्टिका का प्रकार कहते हैं ॥

त्वक् (खाल) और कंटक (कांटों) रहित मत्स्य को वेसवार के सहित करके शिला में पेषित करे अर्थात् पीसे इसको मत्स्यपिष्टिका कहते हैं। फिर मत्स्यपिष्टिका में इस के चतुर्थांश (चौथा हिस्सा) के तुल्य अम्ल (आमलक अमचूर आदि खट्टे पदार्थ) मिलाके वेसवार मिलावे फिर इसको शिला में पीसके इस पिसे हुये मांस से सूपकार (दालके वैद्य) अपनी वुद्धि से वड़े पकोड़ी आदि मांस के प्रकार जो पहिले कहे हैं वे संपूर्ण करें ॥ ८।९।१०॥

अथ मत्स्यपूरणम् ॥

तक्रेण स्विन्नं मत्स्यस्य खण्डं प्रक्षाल्य पेषयेत् ॥ ११ ॥
बीजपूरार्द्रमरिचहिङ्गुसैन्धवजीरकैः ।
संयुक्तं कटुतैलाद्यैर्घृते पक्त्वाथ चूर्णयेत् ॥ १२ ॥

अब मत्स्यपूरण कहते हैं ॥

तक्र के साथ स्विन्न मत्स्य के खण्ड को खूब धोके पीसे । फिर बीजपूर, अदरख, मरिच, हींग, सैन्धव लवण और जीरा ये संपूर्ण मिलाके और कडुवा तैल आदि मिलाके घृत में पकाके चूर्ण करे ॥ ११ । १२ ॥

अथ मत्स्यपुटपाकः ॥

गतत्वक्क्षालितं मत्स्यं कदलीपत्रवेष्टितम् ।
मृदालिप्तं पुटे पक्वं संस्कृतं दाडिमादिना ॥ १३ ॥
यच्च मत्स्यं पुटे पक्वं जीरतन्दुललेपितम् ।
तविकायां पुनः पक्त्वा सन्मिश्रं मरिचादिना ॥ १४ ॥

अब मत्स्यपुटपाक विधि ॥

त्वक् रहित मत्स्य को धोके केला के पत्तों से वेष्टित करे अर्थात् मत्स्य के चारों तरफ़ केलाके पत्ते लपेटे फिर उसके ऊपर चारों तरफ़ मृत्तिका लपेटे फिर उसको पुट में पचावे और दाडिम आदि युक्त करे व जीरा और चांवलोंके चूर्णका लेप करे फिर तविकामें पचाके मरिच आदि द्रव्योंसे युक्तकरे॥१३।१४॥

अथ मरगलमत्स्यः ॥

करालविधिना भृष्टं मुद्गपिष्टेन लेपयेत् ।
बृहन्मत्स्योदरं खण्डं रन्धयेत्तलनादिना ॥ १५ ॥

अब मरगल मत्स्य के रांधने की विधि ॥

कराल नामक मसाले की तरह भृष्ट करे और मूंगों की पीठी से लेप करे इस प्रकार बड़े मत्स्य के उदर (पेट) के खंड को तलन आदि प्रकार से रांधे ॥ १५ ॥

अथ रोहितः ॥

रोहितोदरखण्डाश्च कासमर्देन मर्दिताः ।
कटुतैलपरिभ्रष्टा हिङ्गुसैन्धवयोजिताः ॥ १६ ॥
शकलं पिष्टसम्भूतं रोहितं दधिमर्दितम् ।
वेसवारान्वितं पाच्यं प्रलेहविधिना भृशम् ॥ १७ ॥

अब रोहित (रोहू) मछली के रांधने की विधि कहते हैं ॥

रोहित मत्स्य के पेट के खण्डों को कासमर्द से मर्दन करे । फिर हींग, सैन्धव लवण मिलाके कडुवे सर्षप के तैल में भृष्ट करे । रोहित मछली के टुकड़ों में दही का मर्दन करे और वेसवार युक्त करे फिर प्रलेह की विधि से खूब पचावे ॥ १६ । १७ ॥

अथ मुण्डम् ॥

रोहितस्योत्तमं देहं प्रलेहेनावलेपितम् ।
सोऽश्नातीह नरः पूर्वजन्मवैनायको ध्रुवम् ॥ १८ ॥
रोहितः प्रवरो मत्स्यो नातिपित्तकरो गुरुः ।
वातहा पुष्टिदो हृद्यः स्निग्धः पथ्योसमीरिणम् ॥ १९ ॥

अब मत्स्य मुंड के रांधने की विधि कहते हैं ॥

प्रलेह से लेप किये हुये रोहित मछली के अच्छे मुण्ड को जो मनुष्य खाता है वह निश्चयही पूर्वजन्म में वैनायक अर्थात् मनुष्यों का मालिक (सरदार) था अच्छा रोहित मत्स्य वहुत पित्तकर्ता नहीं है और यह मत्स्य, भारी, वायुनाशक, पुष्टिकर्ता, हृदय को हितकारी, चिकना, और वायुरोगवालों को पथ्य है ॥ १८ । १९ ॥

अथ पालाशिमत्स्यः ॥

पालाशिखण्डं तिलतैलयुक्तं ।
विपाचितं सैन्धवकासमर्दैः ।
हिङ्ग्वार्द्रधात्रीफलचूर्णकीर्णं
नवंनवं रोचकमातनोति ॥ २० ॥

पालाशिर्बलदा वृष्या वातहा पित्तकृत्सरा ।
गुर्वी कफकरा चोष्णा मेदःशुक्रविवर्द्धिनी ॥ २१ ॥

पालाशिमत्स्य रांधने की विधि कहते हैं ॥

सैन्धव लवण और कासमर्द के सहित तिलों के तैल में पालाशि मत्स्यके खंडों को पचावे और उसमें हींग, अदरख और आमलों का चूर्ण मिलावे। यह पालाशि मत्स्य प्रतिदिन रुचि बढ़ाताहै और बलदाता, वृष्य, वातहर्ता, पित्तकर्ता दस्तावर, भारी, कफकारी, गरम, मज्जा और शुक्र (वीर्य) को बढ़ाने वाली है ॥ २० । २१ ॥

अथ पाठीनः ॥

पाठीनः खण्डितः शस्त्रैर्वेसवारसमन्वितः ।
कटुतैले परिभृष्टो हिङ्गुतक्रेण योजितः ॥ २२ ॥

पाठीनः कफकृद्बल्यो निद्रालुर्वातनाशनः ।
मांसाशी वातरक्तस्य कारकः शुक्रधारकः ॥ २३ ॥

पाठीन जिसको बंगाले में बुयाल (बुआरी) कहते हैं इसके मांस बनाने की विधि कहते हैं ॥

शस्त्रों से काटे हुये और वेसवार नामक मसाले के सहित पाठीन मत्स्य (मछली) कडुवे तैल में पचावे । हींग और तक्र से युक्त करे । यह पाठीन मत्स्य, कफकर्ता, बलकर्ता, निद्रालु (निद्रा करानेवाला), वातनाशक, मांसाशी, वातरक्त के करनेवाला और शुक्र को करनेवालाहै ॥ २२ । २३॥

अथ मङ्गूरिका ॥

मङ्गूरीमुण्डरहिता कटुतैले सुभर्जिता।
मणिमन्थनिशायुक्ता हिङ्गुना धूपिता च सा ॥ २४ ॥
मङ्गूरी वातहा पथ्या रुच्या वृष्या बलप्रदा ।
अग्निसंजननी हृद्या तद्वदुक्ता च शृङ्गिका ॥ २५ ॥

मंगूरी मछली के बनाने की विधि ॥

सैन्धव लवण और हल्दी के साथ मुंडरहित मंगूरी नामक मत्स्य को कडुवे

तैल में पचावे और हींग से धूपित करे । यह मंगूरी मत्स्य वातनाशक, पथ्य, हृदय को हितकारी, रुचिकारी, बलको देनेवाली और अग्नि को दीपन करने वाली कहीहै । और ऐसेहीं शृङ्गिका (सींगी मछली) को रांधना चाहिये । यही गुण शृङ्गिकाके कहेहैं ॥ २४ । २५ ॥

अथगण्डी ॥

पुच्छशीर्षेण रहिता कासमर्दविमर्दिता ।
हिङ्गुतैले च सा तप्ता गण्डीमत्स्यस्य खण्डकाः ॥ २६ ॥
गण्डीवातहरा बल्या वृष्या पथ्याग्निवर्द्धिनी ।
सुरुच्या शुक्रदात्यर्थं किञ्चित्कफकरासरा ॥ २७ ॥

अब गंडीमत्स्य बनाने की विधिकहते हैं ॥

पुच्छ (पूंछ) और शीर्ष (मस्तक) से रहित, गंडीमत्स्य के टुकड़ों को कासमर्द से मथके हींग के सहित तैल में पचावे । यह गंडीमत्स्य-वातको हरण करनेवाली, बलकर्त्ता, वृष्या, पथ्या, अग्निको बढानेवाली, उत्तम रुचिकरनेवाली वीर्यको बहुत बढानेवाली, कुछ कफको करनेवाली और दस्तावरहै ॥ २६ । २७ ॥

अथ मत्स्यमण्डकम् ॥

मत्स्यस्य पिष्टिकां कृत्वा पर्णस्थां मण्डलाकृतिम् ।
आस्थारेण समुत्स्विन्नं संयुक्तं धूलनेनतु ॥ २८ ॥

मत्स्यमंड बनाने की विधि कहतेहैं ॥

मत्स्य की पीठी करके उसको पत्तों से लपेट के गोलाकार करके आस्थार से पचावे और धूलन (बद्धूजन) से युक्त करे ॥ २८ ॥

अथ मत्स्यैण्डरी ॥

कासमर्दीयचूर्णेन मत्स्यपिष्टीनियोजिता ।
भर्जिता कटुतैलेन कुर्यान्मांसैण्डरी च सा ॥ २९ ॥

मत्स्यमांसेंडरी बनाने की विधि ॥

कासमर्द के चूर्ण से मत्स्यपिष्टी युक्त करके कडुवे तैल में पचावे । यह मत्स्यैंडरी होय है ॥ २९ ॥

अथ सूक्ष्ममत्स्याः ॥

भर्जितास्तिलतैलेन सर्वसम्भारसम्भृताः ।
सूक्ष्ममत्स्याः स्वादुरसा दोषत्रयनिबर्हणाः ॥ ३० ॥
परं सूक्ष्मास्तु ये तेषु सर्वे ते पुंस्त्वनाशनाः ।

सूक्ष्ममत्स्य बनाने की विधि ॥

सूक्ष्म (छोटे) मत्स्यों के ढेर को तिलों के तैल में पचावे । यह सूक्ष्ममत्स्य-स्वादु, रसवान्, त्रिदोष को नाशकरनेवाले, कहेहैं । परन्तु इन छोटे मत्स्यों में भी जो वहुत छोटे मत्स्य हैं वे संपूर्ण मत्स्य पुरुषपने को नाश करतेहैं याने नपुंसकताके करनेवाले हैं ॥ ३० ॥

अथ मत्स्यसामान्यगुणाः ॥

मत्स्या बलप्रदा वृष्या गुरवः कफपित्तलाः ॥ ३१ ॥
उष्णाभिष्यन्दिनः स्निग्धा बृंहणाः पवनापहाः ॥
ह्रदोद्भवा बलकरा न तु स्वल्पजलोद्भवाः ॥ ३२ ॥

अब मत्स्यों के सामान्यगुण कहते हैं ॥

मत्स्य-बलदेनेवाले, वृष्य, भारी, कफ, पित्तके करनेवाले, गरम, अभिष्यंदी, चिकने, पुष्टिकर्त्ता और वायुको नाश करनेवाले कहे हैं । ह्रद (सरोवर) के मत्स्य बलको करनेवाले हैं परन्तु थोड़े जल में पैदाहुये मत्स्य बलकारी नहीं कहे हैं ॥ ३१ । ३२ ॥

अथ ऋतुविशेषे मत्स्यविशेषाः ॥

हेमन्ते कूपजामत्स्याः शिशिरे सारसा हिताः ।
मधौ ग्रीष्मे च काले च नदीचौड्यतडागजाः ॥ ३३ ॥
शरत्सु नैर्झराः सर्वे वर्षोत्थाः सर्वदोषदाः ।
मांसस्य बहुधा प्रोक्ताः प्रकारा रन्धने बुधैः ॥ ३४ ॥
सूपकारधिया कृत्वा मत्स्यस्य च ततोऽधिकाः ॥ ३५ ॥
ओदनादिहि पर्यन्तभोजनं

मत्स्यमांसजनितं च यच्छतम् ।
आद्यभोजनयुतेर्निमन्त्रणे
तत्कथं खलु मयानुवर्ण्यते ॥ ३६ ॥
मत्स्यमांसभवः पाको मयोक्तः सप्तमोत्सवे ।
षड्विधानां तु शाकानां प्रकारास्तदनूच्यते ॥ ३७ ॥
इतिश्रीनरवैद्यमन्मथात्मजक्षेमशर्मविनिर्मिते क्षेमकुतूहलेग्रन्थे
मत्स्यमांसप्रशंसनोनामसप्तमोत्सवः ॥ ७ ॥

अब ऋतुविशेष में मत्स्यविशेष कहतेहैं ॥

हेमन्तऋतुमें कुयेंकी मछली, शिशिरऋतु में सरोवर की, वसन्तकाल में और ग्रीष्मऋतु में चोए की, नदी की और तालावकी, और शरद् ऋतु में झरनेकी मछली हितकारी होतीहैं । और वर्षाकाल में पैदाहुई संपूर्ण मछलियां दोषकारक होती हैं । पण्डितों ने मांस के रांधने के कई प्रकार कहे हैं । सूपकार अपनी बुद्धिसे मांसके और मत्स्यमांस के कई प्रकारकरे । चावल से लेके दुग्धपर्यन्त भोजन के प्रकार और सैकड़ों मत्स्यमांसके प्रकार, भोजन के आरम्भ में खाने के योग्य पदार्थ ये संपूर्ण कैसे वर्णन करसक्ते हैं । इस सातवें उत्सव में मत्स्य मांस का पाक मैंने कहा, अब इस के पीछे छः प्रकार के शाकों के प्रकार कहते हैं ॥ ३३ । ३४ । ३५ । ३६ । ३७ ॥

इति श्रीसिद्धान्तवागीशमाधवपुरोहितविनिर्मितभाषाटीकामें क्षेमकुतूहलनामक पाकशास्त्रकामत्स्यमांसप्रशंसननामकसातवांउत्सवसमाप्तहुआ ॥ ७ ॥

अथ शाकप्रकारः ॥

पत्रं पुष्पं फलं नालं कन्दं मूलं तथैव च ।
शाकं षड्विधमुद्दिष्टं गुरुं विद्याद्यथोत्तरम् ॥ १ ॥

अब शाकप्रकार कहते हैं ॥

पत्र (पत्ते) फूल, फल, नाल, कंद और मूल इसप्रकार शाक (तरकारी) छः प्रकारकी हैं । इनमें उत्तरोत्तर भारी जाननी । जैसे पत्तेके शाक से फूल का, फूलसे फलका, फलसे नालका साग भारी है इसीप्रकार और भी जानो ॥ १ ॥

अथातः पत्रशाकस्य सामान्यतलने विधिः।
ततोऽन्येषां च वक्तव्यं प्रलेहादेरपिक्रमः ॥ २ ॥

छःप्रकार के शाकों को कहने के पीछे अब पत्रशाक (पत्तों के शाक) के तलने की सामान्य विधि (रीति) और इसके पीछे और शाकों की रीति और प्रलेह आदि का क्रम कहते हैं ॥ २ ॥

हिङ्गुजीरयुते तैले क्षिपेच्छाकं सुशोधितम्।
लवणं चाम्रचूर्णानि सिद्धे हिङ्गूदकं क्षिपेत् ॥ ३ ॥
इत्येवं सर्वशाकानां तलने क्वथने विधिः।

मैल जीव जंतु आदि से अच्छी तरह से शोधाहुआ शाक को हींग, जीरा सहित गरम किये हुए तैल में छोड़े फिर उसमें आम्रचूर्ण (अमचूर) छोड़े और जब शाक सीजकर तैयार होजावे तब उसमें हींग का जल छोड़े। इसीप्रकार संपूर्ण शाकों के क्वाथ (पकाने) में और तलनेमें विधि कही है ॥ ३ ॥

वास्तुकं काकमाची च तन्दुलीयं पुनर्नवा ॥ ४ ॥
चञ्चुकी नालिका पाठा तल्यन्तेऽम्लेन तद्बुधैः।

वास्तुक (बथुआ), काकमाची (मकोय), तन्दुलीय (चौलाई), पुनर्नवा याने विषखपरा (सफेदसांठ) चंचुकी (चंचु) नालिका (नाड़ीका) औरपाठा (पाठ) इन सबों को शाकोंके बनानेवाले अम्ल (अमचूर आदि) के साथ तलतेहैं॥४॥

कासमर्दीयमेथी च पुन्नाटं चणकोद्भवम् ॥ ५ ॥
रसार्द्रं त्वम्लरहितं पक्वं सम्यग्विचक्षणैः।

कासमर्द (कसौंदी), मेथी, पुन्नाट (पमाड़र) और चनेके पत्तों का शाक इन सबों को बुद्धिमान् पुरुष, रससे आर्द्र अर्थात् गीले पचावे और इनमें अमचूर आदि न डाले ॥ ५ ॥

एवं वार्ताककूष्माण्डपटोलादिफलेष्वपि ॥ ६ ॥
तलने विधिरुद्दिष्टो विशेषो यः स उच्यते।

ऐसेही वार्ताक (बैंगन) कूष्माण्ड जिसको हिन्दी में पेठा व कोहला कहते हैं, और पटोल आदि के फलों में भी तलने की विधि कहीहै। इनमें जो विशेष है सो कहते हैं ॥ ६ ॥

तप्ततैले क्षिपेच्छाकं वास्तुकादिसुखण्डितम् ॥ ७ ॥

लवणं तोयमल्पं च क्षिपेत्सिद्धेर्द्धमात्रकम् ।
सधान्यवेशनं तक्रे गालितं कथितं क्षिपेत् ॥ ८ ॥
ततः शुण्ठीजीरकं च हिङ्गु दत्त्वावतारयेत् ।
इत्थमेवापरस्यापि वर्णस्य करणे यदि ॥ ९ ॥
तत्सर्वं स्वेच्छया देयं वर्णकृत्प्रथमं स्मृतम् ।
एवं यत्कठिनं शाकं कषायं कटुतिक्तकम् ॥ १० ॥
तदुत्स्वेद्याम्बुना पूर्वं तक्रेण तदनन्तरम् ।
तप्ततैले विनिःक्षिप्य रन्धयेच्च यथेच्छया ॥ ११ ॥

इति सर्वशाकसामान्यविधिः ॥

काटाहुआ वथुए आदि का शाक गरम तैल में छोड़े फिर थोड़ा जल और लवण छोड़े फिर शाक सिद्धहोनेपर अर्थात् सीजजानेपर, तक्र में पहले कही आधीमात्रा के बराबर धनियां और बेसन घोलके और क्राथ करके याने अग्नि में पचाके (उस सिद्ध शाक में) छोड़े फिर शुंठी, जीरा, और हींग देके आंच से उतारे । इसहीप्रकार यदि कोई वर्ण (रंगत) करने की इच्छा हो तो पहले कहे वर्णकारक पदार्थों को अपनी इच्छा से देना । इसहीप्रकार कठिन (कड़े) कषाय (कषायले,) कटु और तिक्त शाकों को पहले जलसे उबालकर पानी निचोड़कर तक्र से स्वेदन करे याने छांछ डालकर पचावे फिर गरम तैल में छोड़के रांधे और स्वेच्छा से रंगतके पदार्थ और शुंठी, जीरा आदि मसाला डालके आंच से उतार लेवे ॥ ७ । ८ । ९ । १० । ११ ॥

यह संपूर्ण शाकों के बनाने की सामान्य विधि कही है ।

अथ वृन्ताकम् ॥

सर्वासां शाकजातीनां वृन्ताकं शाकनायकम् ।
अतः शाकक्रमं त्यक्त्वा प्रथमं नायकं वदेत् ॥ १२ ॥

संपूर्ण शाकजातियों में शाकों का नायक (सरदार) वृन्ताक (बैंगन) है। इसकारण शाक के क्रमको छोड़ पहले नायक (स्वामी) को कहे हैं ॥ १२ ॥

भोजनं धिगवृन्ताकं वृन्ताकं धिगवृन्तकम् ।
सवृन्तं धिगतैलाढ्यं तैलाढ्यं धिगरामठम् ॥ १३ ॥

वृन्ताक रहित भोजन धिक्कार है, और वृन्त (डांड) रहित वृन्ताक धिग्है। और बग़ैर तैल के बनाया वृन्त के सहित वृन्ताक धिग्है। और हींग के बग़ैर, तैलाढ्य (तैलके साथ बनायाहुआ) भी वृन्ताकका शाक धिग् (धिक्कार)है ॥१३॥

वार्त्ताकं कलितं सुवृन्तसहितं संस्वेदितं काञ्जिके
शुद्धेऽम्ले घृतधान्यकार्द्रकनिशा संपर्कितं पाचितम् ।
सक्षारं मरिचावचूर्णितमथो तैलेन हिङ्ग्वालसद्
वासं दारुमयेऽपि पुंसि कुरुते प्रातं क्षुधाबोधकम् ॥ १४ ॥

वृन्तसहित काटेहुये वृन्ताक को कांजी (धान्यादि के मंड को दो तीन दिन रक्खा रहने देवे जब वो खट्टाहोजावे उसको मनुष्य कांजी कहते हैं) में सिजोवे फिर उसमें घृत, धनियां, अदरख, और हल्दी मिलाके पचावे, लवण और पीसी हुई मरिच उसमें छोड़े। फिर तैल और हींग छोड़ के काष्ठ के वर्तन में रक्खे। इसप्रकार बनायेहुये शाक का सुगन्धभी मनुष्यों की क्षुधा (भूख) को जगावेहै ॥ १४ ॥

वृन्ताकखण्डा यदि ते सवृन्ता—
स्तैले प्लुता हिङ्गुरसेन युक्ताः ।
मरीचधूलीपरिधूसराङ्गा
भवन्ति पुण्योदय एव पुंसाम् ॥ १५ ॥

तैलमें प्लुत (भीगे), हींगके रससेमिले और चारों तरफ़से मरिचकी धूलीसे लिपटे ऐसे वृन्त सहित वृन्ताक खण्ड, पुरुषोंको पुण्योदयमेंही होतेहैं ॥ १५ ॥

हरितं साम्लवार्ताकं कटुतैले सरामठे ।
सिद्धं मरिचसंबद्धं कोष्णमेतद्रुचिप्रदम् ॥ १६ ॥

तैल में हींग डाल के गरम करे फिर उसमें अम्ल सहित कच्चे वैंगन को पचावे सिद्ध होने पर मरिच का चूर्ण छोड़े यह कोष्ण (थोड़ागरम) खाने से रुचि करता है ॥ १६ ॥

वार्ताकक्कतलालिप्ता शुण्ठी धान्याकजीरकैः ।
घृते भृष्टा समरिचा हिङ्गुधूपेन धूपिताः ॥ १७ ॥

वैंगन के कापों को शुंठी, धनिया और जीरा से लपेट के घृत में पचावे और मरिच युक्त करे और हींग के धूपसे धूपित करे ॥ १७ ॥

सवृन्तवृन्ताकतुरीयखण्डितं
सरामठं तप्तघृते सुपाचितम् ।
ससैन्धवं चुक्रकशाकसंयुतं
सपोलिकं पूर्वजपुण्यदायिकम् ॥ १८ ॥

वृन्त सहित बैंगनकी चार फांक करके उनमें हींग और सेंधा लवण मिला के गरम घृतमें अच्छी तरह पचावे । इस प्रकार बनाये वृन्ताक के शाक और चूके के शाकको पूरी के साथ भोजन करना, पूर्वजन्म के पुण्यको देनेवाला है ॥ १८ ॥

वृन्ताकं वृन्तसहितं कृतं वाह्लीकसंयुतम् ।
पक्वमाम्रयुतं स्वाज्ये ललिज्जिह्वान्तरे स्थितम् ॥ १९ ॥

वृन्त सहित वृन्ताक को हींग के सहित करके अमचूर मिलाके उत्तम घृत में पचावे । इस प्रकार बनाया हुआ वृन्ताक, ललज्जिह्वा में अर्थात् ललचती जीभ में स्थित होता है याने इसको बड़ी रुचिके साथ खाते हैं ॥ १९ ॥

भ्रष्टतन्डुलसमीकृतनालिकेर-
पिष्टैः सहैव मरिचेन समेलकेन ।
वार्ताकमुत्तमघृतैरनुपाचितं यत्
सिन्धूद्भवानलमिवानलमातनोति ॥ २० ॥

भूने चावल और नालिकेरकी गिरी को पीठी और मरिच के चूर्ण के मेल से अच्छे घृत में पचाया हुआ वृन्ताक (बैंगनका शाक), समुद्र से पैदा हुई बड़वानल की तरह अग्नि को बढ़ाते है ॥ २० ॥

स्विन्नार्द्धवृन्तं वृन्ताकं कर्च्चरेण विपाचितम् ।
जीराज्यवेसवाराढ्यमाप्तवर्गैः सहाश्रितम् ॥ २१ ॥

स्विन्न है अर्द्धवृन्त जिसका ऐसा जो वृन्ताक उसको कर्च्चर के साथ पचावे जीरा, घृत और वेसवार करके सहित करे । इसप्रकार बनाये वृन्ताकको अपने बन्धुवर्गों के साथ भोजन करना चाहिये ॥ २१ ॥

वृन्ताकं फलमाहृतं सुदलितं शस्त्रेण तद्वारिणि
क्षिप्तं तैलविपाचितं नवदलं जम्बीरनीरान्वितम् ।

हिङ्ग्वार्द्रेण सुवासितं बहुरसं सिन्धूत्थसन्धूलितं
भोक्ता केन न नन्दितं बहुगुणं सौधं जलं दुर्लभम् ॥ २२ ॥

वृन्ताक फलको चाकू आदि शस्त्र से अच्छी तरह बनावे फिर उसको जल में छोड़े फिर तैल में पचावे फिर ताजा जंबीर (कागजीनींबू) का रस छोड़ के हींग और अदरख से सुवासित करे और फिर सैन्धव लवण के धूलि से धूलित करे (पिसा हुआ सैन्धव लवण मिलावे) ऐसे रस सहित, बहुत गुण युक्त, दुर्लभ अमृत जलके भोक्ता किस तरह से प्रसन्न नहीं होते ॥ २२ ॥

अकृत्तवृन्तं वृन्ताकं चतुर्द्धाधस्तु खण्डितम् ।
वेसवारोषणाहिङ्गुतक्रक्काथे विपाचितम् ॥ २३ ॥

वृन्त सहित वृन्ताक के वृन्तको छोड़ नीचे के संपूर्ण वृन्ताक की चार फांक करे और वेसवार, मरिच, हींग सहित तक्र के क्काथ में पचावे ॥ २३ ॥

अङ्गारपक्कं वार्ताकं क्षोदितं घृतयोजितम् ।
सैन्धवभृष्टवाह्लीके धूपितं स्याद्भटित्रिकम् ॥ २४ ॥

अंगारे (धूमरहित कंडे आदि की अग्नि) में वृन्ताकको पक्क करके ऊपरके छिलके छोलके उसमें घृत मिलावे फिर सैन्धव लवण और सिके हुये हींग में धूपित करे, इस प्रकार वृन्ताक का भटित्रिक (भडीता) होयहै ॥ २४ ॥

त्वग्वृन्तगतवृन्ताकं पुटपाकेन पाचितम् ।
सैन्धवेनाज्यहिङ्गुभ्यां मिश्रितं रुचिकारकम् ॥ २५ ॥

वृन्ताक के ऊपर के त्वक् (छिलके)को उतार के और वृन्त (डांड) तोड़ के पुटपाक से पचावे, फिर सैन्धव लवण, घृत और हींग मिलावे । इसप्रकार बनाया हुआ वृन्ताक रुचिकारक होता है ॥ २५ ॥

सुस्विन्नवृन्ताकफलं भृशाग्निना
संक्षोदितं तत्तनुनालवर्जितम् ।
सुवासितं राजिकसैन्धवान्वितं
विमर्द्य दध्ना परिवेष्टितं ध्रुवम् ॥ २६ ॥

बहुत अग्नि से अच्छी तरह स्विन्न (पक्क) किये वृन्ताकफल (बैंगन) को क्षोदित करे और ऊपरकी त्वचा और नाल (डांड) से रहित करे और

सुगन्धित पदार्थों से वासित करे फिर राई और सैन्धव लवण मिलावे फिर हाथों से खूब मथके दही से परिवेष्टित करे अर्थात् दही मिलावे ॥ २६ ॥

निर्धूमानलपाचितमामं वार्ताकमुज्झितंबीजैः ।
आर्द्रकनिम्बुकसैन्धवस्नेहैरालोडितं रुचिन्धत्ते ॥ २७ ॥

निर्धूम (धूंआ रहित) अग्नि में पक्के वार्ताक (बैंगन) को खूब पाचित (पक्क) करे, फिर उसके बीज निकाले, और त्वक्, डांड भी निकाले, फिर अदरख, नींबू, सैन्धव लवण और घृत इन सबों से आलोडित करे (मथके मिलावे) यह रुचि को करता है ॥ २७ ॥

वृन्ताकं स्वादु तिक्तोष्णं कटुपाके च पित्तलम् ।
रुच्यं वातहरं हृद्यं दीपनं शुक्रलं लघु ॥ २८ ॥

वृन्ताक के गुण ॥

वृन्ताक, स्वादु, तिक्त, गरम, पाकमें कटु पित्तकर्ता, रुचिकारक, वातहर्ता, हृदय को हितकारी, दीपन (अग्निको जगानेवाला), शुक्र (वीर्य) को करनेवाला और हलका है ॥ २८ ॥

अपरं श्वेतवार्ताकं कुक्कुटाण्डोपमं फलम् ।
कृष्णाद्धीनगुणं किञ्चिदर्शसां नाशनं परम् ॥ २९ ॥

दूसरा सफ़ेद बैंगन मुर्गे के अंडे के समान होताहै । यह सफ़ेद बैंगन काले बैंगन से कुछ गुणों में हीन है । और मस्से ववासीर को नाश करताहै॥ २९॥

यह वृन्ताक के साग बनाने की विधि समाप्त हुई ॥

अथ बिम्बीफलम् ॥

दलितं तलितं सरामठं
नवबिम्बीफलमात्तसैन्धवम् ।
मरिचोद्भवचूर्णसंयुतं
घृतपाकेन करोति रोचनम् ॥ ३० ॥

वृन्ताक के साग के पीछे अब बिंबीफलके शाक का प्रकार कहते हैं नवीन बिंबीफल को कतर के उसमें सैन्धव लवण हींग मिलाके घृत में पक्क करे याने

१ बिंबीफल को हिन्दी में कंदूरी कहते हैं यह मीठी और कड़वी के भेदसे दो प्रकारकी होती है ॥

तले और मरिचका चूर्ण मिलावे, यह बिंबीफलका शाक रोचन करताहै॥३०॥

बिम्बीफलं सकलमेव घृते निधाय
तप्ते ससैन्धवमिदं मुहुरुत्क्षिपेच्च ।
सोपस्करं कथितमत्र निधाय तक्रं
वाग्धारितं ददति दीपनमेव वह्नेः ॥ ३१ ॥

सापते बिंबीफल को सैन्धव लवण के साथ गरम घृत में छोड़के वारंवार कुरछी आदि से फेरे फिर उसमें उपस्कर के साथ गरम की हुई तक्र को छोड़ के पक्व करे, यह वह्नि (अग्नि) को दीपन करताहै ॥ ३१ ॥

बिम्बीफलार्द्धकलितं हिङ्गुसैन्धवमिश्रितम् ।
प्रलेहविधिना पाच्यं परिपक्वे छमत्कृतम् ॥ ३२ ॥

बिंबीफल के दो टुकड़े करके उनमें हींग और सैन्धव लवण मिलावे फिर प्रलेह की तरह पक्व करे फिर खूब पक्व होने पर छमत्कार करे अर्थात् छिमकार करे ॥ ३२ ॥

अङ्गारभर्जितं बिम्बीफलं संक्षोदितं करैः ।
दधिहिङ्गुघृते न्यस्तं सक्षारं रुचिकारकम् ॥ ३३ ॥

अंगारों पर भर्जन किये बिंबीफल को हाथों से संक्षोदित करे फिर दही हींग, लवण और घृतमें छोड़े, यह रुचिकारक होता है ॥ ३३ ॥

तिर्यग्वा खण्डितं चोर्द्ध्वे स्विन्नं बिम्बीफलं भृशम् ।
दधिराजिकया युक्तं सैन्धवेनानुमिश्रितम् ॥ ३४ ॥

अथवा बिंबीफलको तिर्यक् (तिरछा) काटके अग्नि के ऊपर खूब स्विन्न करे सिजोवे, फिर दही, राई और सैन्धव लवण मिलावे ॥ ३४ ॥

बिम्बीफलं स्वादु शीतं रक्तपित्तप्रणाशनम् ।
स्तम्भनं लेखनं चेति विबन्धाध्मानकारकम् ॥ ३५ ॥

बिंबीफल (कंदूरी का फल) स्वादिष्ठ, ठंढा, रक्तपित्तको नाश करनेवाला, स्तम्भन करनेवाला और लेखन है। विबंध और अफरा को करेहै ॥ ३५ ॥

अथ शिम्बी ॥

निष्पाचकं सुदलितं नवबीजकोशं

तप्तेन हिङ्गुजगणेन ससैन्धवेन ।
प्रभृष्टकाल्पतिलतैलकृतप्रबोधं
मान्द्यं हरेच्च जठरान्तर्वर्तिवह्नेः ॥ ३६ ॥

निष्पाचक (कच्ची) ऐसी जो नयेबीजोंवाली शिंबी (सेम) इसको काट के याने छोटे २ टुकड़े करके सेके हुये हींग और सैन्धव लवण के साथ गरम थोड़े तिलों के तैल में पचावे यह पेटकी मन्दाग्नि को हरण करे है ॥ ३६ ॥

शिंम्बी शीता गुरुर्बल्या श्लेष्मला वातपित्तजित् ।
कोलशिम्बी[2]समीरघ्नी गुर्व्युष्णा कफपित्तकृत् ॥ ३७ ॥

शिंबी–शीतल, भारी, बलकर्ता, कफकर्ता और वात, पित्तको जीतनेवाली है । यह छोटी शिंबी के गुणहैं । दूसरी कोलशिंबी–वायुको हरण करनेवाली भारी, गरम, कफ और पित्तको करनेवालीहै ॥ ३७ ॥

अथ तोरी ॥

निःशेषिताखिलशिरावलिकृत्तखण्डं
दण्डाहतं च मृदुपाकमवाप्यते हि ।
हिङ्ग्वम्बुसर्पिर्लवणैः परिपाचितं च
कोशातकीफलमिदं मरिचेन रुच्यम् ॥ ३८ ॥

कोशातकी अर्थात् राजकोशातकी (तोरई) के ऊपरकी शिरा (छिलक) छोल के गोल २ टुकड़े करके कोमल पाक करे और इसको दण्ड आदि से हिलावे फिर हींग, जल, घृत, लवण के साथ खूब पककरे और मरिच के सहित करे । यह कोशातकी का फल मरिच के साथ रुचिकारक होता है ॥ ३८ ॥

राजकोशातकी शीता ज्वरघ्नी कफवातला ।
महाकोशातकी तद्वत्स्निग्धार्शोनिलपित्तहा ॥ ३९ ॥

राजकोशातकी (तोरई), शीतल, ज्वर को नाश करनेवाली, तथा कफ और

---

१ शिंबी को हिन्दीमें सेम कहतेहैं और इसही का दूसरा नाम वालौर है यह जैपुर आदि नगरों में बहुत होतीहै और वालौर के नामसे प्रसिद्धहै। शिंबी को फली भी कहते हैं, जैसे वालौर की विधि कही वैसेही मोठे, चौला मटर आदि की फलियों का भी साग बनाना चाहिये ॥

२ कोलशिम्बी के कृष्णफला और पर्यंकपाटिका ये दो नाम और हैं इसको हिन्दी में सुसरासेम कहते हैं ॥

वात को करनेवालीहै ! और यही गुण महाकोशातकी (गलकातोरई) के हैं यह चिकनी, अर्श और वात और पित्त को नाश करनेवाली है ॥ ३९ ॥

अथ चचेडा ॥

ऊर्ध्वेन विधिना कृत्तं बृहत्पाटोलकं फलम् ।
हिङ्गुना पाचितं तप्ते घृते सुरुचिकारकम् ॥ ४० ॥

बृहत्पाटोल फलको ऊर्ध्वविधि से याने ऊपर की तरफसे लम्बी फांकें कतरे और फिर गरम घृत में हींग के साथ पक्करे, यह रुचिकारक होताहै ॥ ४० ॥

चचेडं कर्तलाकारं कृत्तमाज्ये छमत्कृतम् ।
प्रलेहविधिना राद्धं रुच्यं लवणमिश्रितम् ॥ ४१ ॥

चचेड (चिंचेड) को कर्तल के आकार कतर के याने कापे करके घृत में छमत्कार करे अर्थात् छोंके और प्रलेह की विधि से रांधे और लवण मिश्रित करे (मिलावे), यह रुचिकारक होताहै ॥ ४१ ॥

श्वेतराजिकया शुभ्रं बृहत्पाटोलकं फलम् ।
पित्तघ्नं वातहृद्बल्यं रुच्यं पथ्यं हि देहिनाम् ॥ ४२ ॥

चिंचेड का दूसरा नाम श्वेतराजि है यह श्वेतराजि और बृहत्पाटोलफल— पित्त को नाशकर्त्ता, वायुको हरणकर्त्ता, बलकर्त्ता, रुचिकर्त्ता और प्राणियों को पथ्यहै ॥ ४२ ॥

अथ तुम्बीफलम् ॥

अलाबोश्चफलं दीर्घं घृते पक्वं सजीरकम् ।
दुग्धसैन्धवचूर्णेन संसिक्तं तनुखण्डितम् ॥ ४३ ॥

तुंबी—तूंबा के फलके बनाने की विधि ॥

अलाबू (तुंबी) के बड़े फल के छोटे २ टुकड़े करके दूध सैन्धव लवण और जीरा के साथ घृत में पक्व करे ॥ ४३ ॥

मिष्टं तुम्बीफलं हृद्यं वृष्यं पित्तापहं गुरु ।
शुभ्रं रुचिकरं प्रोक्तं धातुपुष्टिविवर्धनम् ॥ ४४ ॥

तुम्बीफलके गुण ॥

मीठी तूंबी का फल—हृदयको हितकारी, वृष्य, पित्तको हर्त्ता, भारी, शुभ्र, रुचिकर्त्ता और धातुपुष्टि को बढानेवालाहै ॥ ४४ ॥

अथ ढिण्ढसम् ॥

निःशेषबीजावलिकृत्तखण्डं
सहिङ्गुके प्रोत्थितचण्डशब्दम् ।
स्नेहे प्रतप्ते चलदर्विदण्डं
रुचिप्रदं ढिण्ढसकं सपिण्डम् ॥ ४५ ॥

ढिंढस के साग बनाने की विधि ॥

ढिंढस (ढेंढस) के संपूर्ण बीज निकाल चाकू आदिसे काटके चण्डशब्द करते (खूब जोरसे बोलते) हुये हींग के साथ गरम किये हुये घृत में अथवा तैल में छोड़ के पक्करे परन्तु कुरछी की डंडी से चलाता रहै, यह पिण्ड सहित ढिंढस का शाक रुचिको देनेवाला होता है ॥ ४५ ॥

ढिंढसं रोमशफलं हृद्यं पित्तकफापहम् ।
सुशीतं वातलं रूक्षं मूत्रलाश्मरिभेदकम् ॥ ४६ ॥

ढिंढस के गुण ॥

ढिंढस का दूसरा नाम रोमशफलहै इनको हिन्दी में टिंडे भी कहते हैं । यह हृदयको हितकारी, पित्त और कफ को नाशकर्त्ता, बहुतशीतल, वातकर्त्ता, रूखा, मूत्रकर्त्ता और पथरी के रोग को भेदन करनेवाला है ॥ ४६ ॥

अथ बिल्वफलम् ॥

वाह्लीकसौरभ्यकृतप्रकाशं
बैल्वं फलं खण्डितमेव तैले ।
विपाचितं वल्लिजचूर्णकीर्णं
रुचिं विधत्तेभ्यवहारकाले ॥ ४७ ॥

बिल्वफल के शाक की विधि ॥

बिल्वफल को काट के तैल में पक्व करे और मरिच का चूर्ण मिलावे और वाह्लीक (हींग) के सुगन्ध से सुगन्धित करे । यह भोजन के समय रुचि को करता है ॥ ४७ ॥

कफानिलहरं स्निग्धं कषायं दीपनं लघु ।

बालं तिक्तं फलं बैल्वं वृद्धं बिल्वं विबन्धकृत् ॥ ४८ ॥

विल्वफल के गुण ॥

विल्वफल—कफ और वात को हरणकर्ता, चिकना, कषाय, दीपन और हलका है । कच्चा विल्वफल तिक्त होता है और पकाहुआ विल्वफल विबन्ध रोग को करता है ॥ ४८ ॥

अथ कूष्माण्डम् ॥

घृते तप्ते विनिःक्षिप्याः खण्डाः कूष्माण्डसम्भवाः ।
वार्ताकविधिना कुर्यात्प्रलेहस्तलनेऽथवा ॥ ४९ ॥

कूष्माण्ड (पेठा—कोहला) को काट कापे बनाय उनको गरमघृत में छोड़ के वैंगन की तरह पक्व करे, अथवा प्रलेहकरे अथवा तलन (तले) करे॥ ४९ ॥

अथ सुस्वादुसुन्दरम् ॥

वेसवाराम्लतक्रेण घृते तलनपूर्वकम् ।
कूष्माण्डखण्डकं सिद्धं विदुः सुस्वादुसुन्दरम् ॥ ५० ॥

कोहले के टुकड़ों को वेसवार मसाला) और अमचूर और तक्रके साथ घृत में तलन आदि करके सिद्धकरे इसको सुस्वादु सुन्दर जानो ॥ ५० ॥

अथ गुलिका ॥

घृतेन गुडयुक्तेन गुडकूष्माण्डखण्डकाः ।
रन्धिताजीरमरिचैरिमान्गुलिकलान्विदुः ॥ ५१ ॥

कोहले के खण्डों में गुड़ मिलाके जीरा और मरिच के साथ घृत के सहित रांधे । इन को गुलिकल जानो ॥ ५१ ॥

अथ खण्डकूष्माण्डकम् ॥

चतुरस्त्रायताः स्थूलाः स्विन्नाः क्षीरेण क्षोदिताः ।
सुपाच्याः खण्डसर्पिर्भ्यां मरिचैलादिवासिताः ॥ ५२ ॥

चौकोर—लम्बे और मोटे कोहलके टुकड़ों को छोलके याने ऊपरके छिलके

१. सम्पूर्ण फलमात्र पकहुये गुणवाले होते हैं परन्तु बिल्वका फल कच्चाही गुणकारी होताहै । दाख बेल और आंवले आदि के फल सूखेहुये अधिक गुणवाले होते हैं, और सम्पूर्ण फल ताजे और आले गुणकारी होतेहैं यह भावप्रकाशआदि ग्रन्थोंमें लिखाहै ॥ बिल्वफलको बेलफल कहतेहैं ॥

उतार के स्विन्न करे याने सिजोवे फिर खांड़ और घृत के साथ अच्छी तरह पक्क करे और मरिच, इलायची आदि सुगन्धित पदार्थों से सुगन्धितकरे याने मरिच आदि पदार्थ सुगन्ध और स्वादु के लिये छोड़े ॥ ५२ ॥

अथ भर्जित आसुरी ॥

कूष्माण्डं गोलिकाकारं खण्डितं घृतभार्जितम् ।
हिङ्गुसैन्धवचूर्णेन संयुक्तं रुचिकारकम् ॥ ५३ ॥

कोहला के गोली के आकार गोल २ खण्ड करके घृत में भर्जन करे (पक्क करे), हींग और सैन्धवलवणके चूर्णसे युक्तकरे । यह रुचिकारक होताहै ॥५३॥

अथाम्लकूष्माण्डम् ॥

कूष्माण्डखण्डानि ससैन्धवानि तनूनि संमर्दितपिण्डितानि ।
जम्बीरनीराश्रितशृङ्गवेरैर्भवन्ति वह्नेरपि दीपनाय ॥ ५४ ॥

कूष्माण्ड (कोहले) के पिण्डाकार छोटे २ टुकड़ों को सैन्धव लवण के साथ खूब मर्दन करके जम्बीर के रस के साथ अदरख़ से युक्त करे । यह अग्नि को भी बढ़ाने के लिये होते हैं ॥ ५४ ॥

अथ छोलिका ॥

कूष्माण्डत्वग्भवाः खण्डाः सुस्विन्नाश्चणकान्विताः ।
वेसवारयुते तैले तलयेद्वा प्रलेहयेत् ॥ ५५ ॥

कोहले के ऊपर छिलकों के टुकड़ों में चणक (चने) मिला के उन को सुस्विन्न करे याने अच्छीतरह सिजोवे फिर उनको वेसवारसहित तैल में तले वा मलेहे करे ॥ ५५ ॥

अथ राजिका आसुरी ॥

खण्डं कनिष्ठिकाकारं कौष्माण्डं स्वेद्य पिण्डितम् ।
राजिकादधिसिन्धूत्थैर्मिश्रितं चासुरी स्मृता ॥ ५६ ॥

कनिष्ठिका अंगुली के आकार बनाये हुये कोहले के खण्डों को स्वेदन करके पिण्डित (पींडा) करे । फिर राई, दही और सैन्धव लवण उन में युक्त करे । इसको आसुरी (राइता) कहते हैं ॥ ५६ ॥

एवं बहुविधः कार्यः कूष्माण्डो हि विचक्षणैः ।
प्रलेहं तलनं स्वादु क्षारं सन्धानराजिका ॥ ५७ ॥

विचक्षण (बुद्धिमान्) पुरुष ऐसे कूष्माण्ड कई प्रकार का बनावे । कूष्माण्ड का प्रलेह, तलन, स्वादु, क्षार, सन्धान, राजिका (राइता) आदि करे ॥ ५७ ॥

कूष्माण्डं बृंहणं शीतमसृक्पित्तहरं गुरु ।
बालं पित्तापहं शीतं मध्यमं कफकारकम् ॥ ५८ ॥
पक्कं नातिहिमं स्वादु क्षारं संदीपनं लघु ।
वस्तिशुद्धिकरंचेतोरोगहृत्सर्वदोषजित् ॥ ५९ ॥

कूष्माण्ड के गुण ॥

कूष्माण्ड (पेठा व कोहला)—बृंहण (वीर्य्यवर्धक), ठण्ढा, रुधिर विकार और पित्त को हरणकर्ता, भारी होता है । बाल (कच्चा) कूष्माण्ड—पित्तनाशक और शीतल है। मध्यम (अधकच्चा) कफ करता है । और पक्व (पकाहुआ) कूष्माण्ड—बहुत शीतल नहीं है और स्वादु, क्षारयुक्त, दीपन, हलका, वस्तिशोधक, मानसिकरोग (अपस्मार उन्मत्ततादि) को हरणकर्ता और सम्पूर्ण दोषोंको जीतनेवाला है ॥ ५८ । ५९ ॥

अथ ढोंढी ॥

बालं ढिण्ढीफलमविकलं स्विन्नमीषच्च तोये
स्नेहं हिङ्गुप्रणयिनि ततो वेसवारेण सिद्धम् ।
गव्यं तक्रं क्वथितनिहितं साधितं रामठेन
खादन्खादन्निभृतममृतं निन्दितुं भोक्तुमिश्च ॥ ६० ॥

कच्चे ढिंढीफल अर्थात् डोडिका (करेरुआ) को सापता लेके थोड़ेजल में सिजोवे फिर हींग और वेसवारके साथ गरमघृत में सिद्ध करे फिर इसमें क्वथित औटायाहुआ गौका तक्र छोड़े, इसप्रकार हींग के साथ साधन किये (बनाये) हुये ढिंढीफल के शाक को खानेवाले खाते २ उत्तम अमृतकी निन्दा करते हैं ॥ ६० ॥

ढिण्ढिका पुष्टिदा वृष्या रुच्या वह्निप्रदा लघुः ।
हन्ति पित्तकफार्शांसि क्रिमिगुल्मविषामयान् ॥ ६१ ॥

ढिंढिका के गुण ॥

ढिंढिका—पुष्टिकर्त्ता,वृष्या,रुचिकारी, जठराग्निको बढ़ानेवाली और हलकीहै और पित्त, कफ, बवासीर मस्सा आदि रोग को, कृमि, गोला और विष (ज़हर) के रोगों को नाश करती है ॥ ६१ ॥

अथ कण्टकारीफलम् ॥

तोयाल्पस्विन्नबृहतीफलमल्पखण्डं
दण्डाहतं चिरविपाचितमाज्यगव्ये ।
चूर्णेन सैन्धवभवेन विमिश्रितं च
वह्निं प्रबोधयति कासनिवारणं हि ॥ ६२ ॥

बृहतीफल के अल्पखंड को थोड़े जल में सिजोवे फिर गौके घृत में बहुत काल तक पचावे परन्तु इसको कुरछी आदि दण्ड से चलातारहे । और सैन्धव लवण मिलावे । यह अग्नि को जगाता है और कासरोग को निवारण करता है । इसका दूसरा नाम कण्टकारी (कटेरी) है ॥ ६२ ॥

कण्टकारिफलं तिक्तं कटुकं दीपकं लघु ।
रूक्षोष्णं श्वासकासघ्नं ज्वरानिलकफापहम् ॥ ६३ ॥

कंटकारी (कटेरी) के गुण ॥

कंटकारी का फल—कड़ुवा, चरपरा, दीपक, हलका, रूखा और गरमहै । श्वास, खांसी, ज्वर, वादी और कफ दूरकरता है ॥ ६३ ॥

अथामलकफलम् ॥

अङ्गारपाकपचितानि फलानि धात्र्या-
श्चाज्येन जीरलवणेन विमिश्रितानि ।
वाह्लीकधूपपरिधूपितसौरभाणि
सन्धुक्षयन्ति जठरानलमुद्धतानि ॥ ६४ ॥

अंगारपाक से पक्व (पकाये) आमलकों को घृत, जीरा और लवणसे मिश्रित करे और हींग की धूप से धूपित करके सुगन्धित करे । यह उद्धत जठरानल (उदराग्नि) को जगाते हैं ॥ ६४ ॥

प्रोक्तं धात्रीफलं वृष्यं विशेषाद्रक्तपित्तजित् ।
त्रिदोषशमनं पथ्यं ज्वरघ्नं च रसायनम् ॥ ६५ ॥

आमलक के गुण ॥

आमला—वृष्य, जियादातर रक्त, पित्त को जीतनेवाला, त्रिदोष को शमन (शान्त) करनेवाला, पथ्य, ज्वर को नाश करनेवाला और रसायनहै ॥ ६५ ॥

अथ कारवल्लीफलम् ॥

कारवल्लीफलं भूयात्कवले कवले मम ।
बहिर्मरकतश्याममन्ते विद्रुमसन्निभम् ॥ ६६ ॥

बाहर से मरकतमणि के तुल्य श्याम और भीतर मूंगा के समान रंगवाला कारवल्लीफल (करेला, करेली) मेरे ग्रास २ में हो । अर्थात् करेला हम को हमेशा खाने को मिले ॥ ६६ ॥

कारवल्लीफलं तक्रे स्वेदितं हिङ्गुमर्दितम् ।
भर्जितं नवनीतेन सैन्धवेन समन्वितम् ॥ ६७ ॥

करेले के बनाने की विधि ॥

करेले को तक्र में सिजोके हींग से मर्दित करे अर्थात् उनके चारों तरफ हींग मले फिर सैन्धव लवण मिलाय ताजा घृतसे भर्जितकरे (पक्करे) ॥ ६७ ॥

विदलितमुखमीषत्कारवेल्लं कठोरं
पुलकितमिव तैले साधितं रामठेन ॥
चरितमरिचचूर्णं सैन्धवेनातिपूर्णं
पुलकितरसनाग्रं लोलतामातनोति ॥ ६८ ॥

कठोर (करड़े) करेले के मुख को थोड़ा चीर के उसमें लवण भरके मरिच का चूर्ण चरा के हींग के साथ पुलकित (पुलकते) हुये की तरह तैल में पक्क करे । यह पुलकित जिह्वा के अग्र की चंचलताको फैलाताहै ॥ ६८ ॥

कारवल्लीफलं भेदि लघु तिक्तं च शीतलम् ।
पित्तासृक्कामलापाण्डुकफमदःकृमीञ्जयेत् ॥ ६९ ॥

करेला के गुण ॥

करेला—भेदी (दस्तावर), हलका, कडुवा और शीतल है । और पित्त,

रुधिरविकार, कामला, पांडुरोग, कफ, मेद और कृमिरोग को जीते है ॥ ६९ ॥

अथ कर्कोटकफलम् ॥

ईषद्विभिन्नमरिचैः परिपूर्णगर्भं
तैलेन शुद्धमथसैन्धवजातयोगम् ।
वाह्लीकयुक्तपयसा विहिताभिषेकं
कर्कोटकीफलमिदं रुचिकृन्नराणाम् ॥ ७० ॥

मोटे २ मरिच के टुकड़ों से भरे और तैल में रांधे और सैन्धव लवण से युक्त और हींग सहित दूध से अभिषेक किये यह कर्कोटक फल मनुष्यों को रुचिकारकहै ॥ ७० ॥

फलं कर्कोटकं कुष्ठहृल्लासारुचिनाशनम् ।
मेद्यं रुचिकरं वृष्यं कटुपाके च दीपनम् ॥ ७१ ॥

कर्कोटक का फल (ककोड़ा)-कुष्ठ (कोढ), हृल्लास और अरुचि को नाश करता है । और मेद्य, रुचिकर्ता, वृष्य, पाकमें कटु और दीपनहै ॥ ७१ ॥

अथ हरितचणकरन्धनम् ॥

सुहरितहरिमन्थः क्षोदसुर्णो नखाग्रैः
प्रथममुदकसिक्तो वेसवारेण सिद्धः ।
लवणमरिचसङ्गत्तैलहिङ्गुप्रसङ्गा-
च्छिखरयतिहि भोक्तुर्जाठरं मन्दवह्निम् ॥ ७२ ॥

अच्छे हरे हरिमन्थ (चने, छोलों) को नखाग्रों से छोलके पहले जल में सिक्त करके वेसवार से सिद्ध करे । और लवण, मरिच और हींग मिलाय के तैलमें सिद्ध करे । यह हरिमन्थ-भोक्ता (खानेवाले) की उदर की मन्दाग्नि को काटे है ॥ ७२ ॥

छोलाविधानकफलं परिगृह्य शुद्धं
तप्ते घृते सुपचितं क्वथितोषणाभ्याम् ।
संसाधितं सुरभितं शुचिरामठेन
जिह्वातले विशति नर्तति च प्रकामम् ॥ ७३ ॥

अच्छे शुद्ध छोलों को लेके गरम घृतमें पक्क करे और क्वथित और मरिचसे युक्त करे और अच्छे हींग से सुगन्धित करे । यह जिह्वा के नीचे आते ही बहुत नाचता है ॥ ७३ ॥

चणकः शीतलो रूक्षः पित्तरक्तकफापहः ।
लघुः कषायो विष्टम्भी वातलो ज्वरनाशनः ॥ ७४ ॥

चणक (चना)–शीतल, रूखा, पित्त, रक्त और कफको नाश करनेवाला हलका, कषेला, विष्टंभकर्ता, वातकर्ता और ज्वरको नाशकरनेवाला है ॥७४॥

अथ कर्पासफलम्॥

फलमतिदलसाकं स्वेदितं मुष्टिपिष्टं
कथिततिलजतैले हिङ्गुना लब्धवासम् ।
वणफलवणपत्रं स्वादुतां तद्दधानं
भवति रुचिदमुच्चैराम्रचूर्णेन सार्द्धम् ॥ ७५ ॥

मुष्टिपिष्ट कपास के फल को सिजोके औटाये हुये तिलों के तैल में पक्करे और हींग का सुगन्ध देवें, यह वणफल और वणपत्र--स्वादुता को धारण करता हुआ अमचूर के साथ बहुत रुचिको देनेवाला होताहै ॥ ७५ ॥

कर्पासफलमत्युष्णं कषायं मधुरं गुरु ।
वातश्लेष्महरं रुच्यं विशेषेणास्थिवर्जितम् ॥ ७६ ॥

कपास का फल–बहुत गरम, कषेला, मधुर, भारी और कफको हरनेवाला और रुचिकर्ता है । और विशेष करके अस्थिवर्जित है ॥ ७६ ॥

अथ करीरफलम्॥

फलं करीरस्य हि बीजवर्जितं
संस्थापितं सोदकभाजने तु ।
सुचिक्कणेनाष्टदिनं सुसंस्थितं
बृन्ताकरीत्या सुधिया विपाच्यम् ॥ ७७॥

जल भरे हुये चिकने वर्तन में बीजरहित करीर के फल को आठ दिन पर्यन्त रक्खे फिर बुद्धिमान् पुरुष बृन्ताक की रीति से पक्करे ॥ ७७ ॥

करीरं कटुकं ग्राहि फलमुष्णं रुचिप्रदम् ।
कफपित्तकरं किञ्चित्कषायं वातहृद्धरम् ॥ ७८ ॥

करीर (करील)—कडुआ, ग्राही, गरम और रुचिप्रदहै । और कुछ कफ और पित्तको करताहै, कषेला, वादी को हरणकर्ता और श्रेष्ठ है ॥ ७८ ॥

अथ कपिकच्छूफलम् ॥

कोमलं रोमरहितं स्विन्नमाज्ये विपाचितम् ।
सोपस्करे सवाह्लीके सिन्धुजेन समन्वितम् ॥ ७९ ॥

रोमरहित कोमल कौंचके फलों को याने फलियों को स्विन्न करके लवण, हींग और उपस्करों के सहित घृत में पक्करे ॥ ७९ ॥

कपिकच्छुफलं वृष्यं मधुरं बृंहणं गुरु ।
स्निग्धं शीतानिलहरं दुष्टव्रणविनाशनम् ॥ ८० ॥

कपिकच्छुफल (कौंचके फल)—वृष्य, मधुर, बृंहण, भारी, चिकना, शीत और वातको हरणकर्ता और दुष्टव्रणों को नाश करनेवाला है ॥ ८० ॥

अथ विराणीफलम् ॥

द्विखण्डं खण्डितं बालं फलं विल्याणसंज्ञकम् ।
तप्ते हिङ्गुयुते स्वाज्ये भर्जितं सैन्धवान्वितम् ॥ ८१ ॥

विराणी संज्ञक फलके दोखण्ड करके हींग सहित तप्त (ताते) घृत में सैन्धव लवणके साथ भर्जन करे अर्थात् पक्करे ॥ ८१ ॥

विल्याणं शीतलं बल्यं पित्तघ्नं रुचिकारकम् ।
पाके लघुतरं प्रोक्तं विशेषाद्विषनाशनम् ॥ ८२ ॥

विराणी फल—शीतल, बलकर्ता, पित्तनाशक, रुचिकारक, पाक में बहुत हलका और जियादातर जहर को नाश करताहै ॥ ८२ ॥

अथोदुम्बरफलम् ॥

फलमौदुम्बरं बालमम्लतक्रेण स्वेदितम् ।
वेसवारभृते स्वाज्ये पाचितं सैन्धवान्वितम् ॥ ८३ ॥

औदुम्बर के कच्चे फलको अम्ल और तक्रसे स्वेदित करे (सिजोवे) फिर

वेसवार सहित उत्तम घृतमें पचावे और सैन्धव लवण युक्त करे अर्थात् इसमें सैन्धव लवण मिलावे ॥ ८३ ॥

शीतं कषायमधुरं रक्तपित्तप्रणाशनम् ।
मूत्रकृच्छ्रहरं सम्यग्विबन्धाध्मानकारकम् ॥ ८४ ॥

औदुम्बरफल के गुण ॥

औदुम्बरफल—शीतल, कषेला और मधुर, रक्तपित्तनाशक, मूत्रकृच्छ्ररोग को हरण करनेवाला और अच्छी तरह विबन्धरोग और अफरे को करने वाला है ॥ ८४ ॥

अथार्द्रकर्चरम् ॥

नापक्कं नातिपक्कं च खण्डितं त्वग्विवर्जितम् ।
वेसवारघृतक्षारैः सिद्धं पित्ताग्निवर्द्धनम् ॥ ८५ ॥

न तो कच्चा और न बहुत पक्क (पका) और ऊपर की त्वक्से रहित और खंडित ऐसा आर्द्रकर्चर, वेसवार, घृत और लवण के साथ सिद्ध किया हुआ आर्द्रकर्चर—पित्त और अग्नि को बढ़ाता है ॥ ८५ ॥

अथ कर्कटीफलम् ॥

त्वग्बीजरहिताप्रौढाङ्गुलिकाकारखण्डिता ।
तलिता सुघृते तप्ते कर्कटी वा प्रलेहिता ॥ ८६ ॥
एर्वारु खण्डं घृतदुग्धसिद्धं
विभावितं वह्निजशर्कराभ्याम् ।
कृत्वैलवासं च कटूष्णमेतत्
प्रतिक्षणं रोचकमादधाति ॥ ८७ ॥

ऊपर के छिलके और बीज रहित कर्कटी (ककड़ी) के मौढा अंगुली के आकार टुकड़े करके अच्छे तप्त घृत में तले अथवा पहले कही हुई प्रलेह की विधि से प्रलेह करे ॥ ८६ ॥ एर्वारु (ककड़ी) के टुकड़ों को घृत और दुग्धसे सिद्ध करे, मरिच और शर्करा से भावित करे अर्थात् इसमें मिलावे और एला (इलायची) मिलावे । यह—कटु, उष्ण और प्रतिक्षण रोचकता को धारण करती है ॥ ८७ ॥

कर्कटी शीतला रूक्षा ग्राहिणी मधुरा गुरुः।
रुच्या पित्तहरापक्का पक्वोष्णा पित्तकृत्सरा॥ ८८॥

कर्कटी (ककड़ी)—शीतल, रूखी, ग्राहिणी, मधुर, भारी, रुचिकर्ता, और पित्तको हरण करनेवालीहै, यह गुण कची ककड़ीके हैं। और पकी हुई ककड़ी-गरम, पित्तकारी और दस्तावर है॥ ८८॥

अथ शमीफलम्॥

शमीफलं कोमलबीजसंयुतं
तप्तोदकस्वेदितमेवकेवलम्।
प्रलेहयोगे विधिना विपाचितं
सराजिकं वा दधिसैन्धवान्वितम्॥ ८९॥

कोमल (नरम) बीजों सहित अर्थात् कचा शमीफल को केवल तातें जल में स्वेदित करे (सिजोवे) और प्रलेहयोग में कही विधि से पकावे अथवा राई के सहित दही और सैन्धव लवण युक्त करे॥ ८९॥

शमीफलं लघु स्वादुः कुष्ठार्शः कफहृत्सरम्।
सुरुच्यं पित्तलं रूक्षं मेध्यं केशविनाशनम्॥ ९०॥

शमीफल—हलका, स्वादु, कुष्ठरोग और मस्सों और कफ को हरण करने वाला, दस्तावर, अच्छी रुचिकारक, पित्तकर्त्ता, रूखा, मेध्य और केशनाशक है॥ ९०॥

अथ भैरण्डः॥

भैरण्डं कोमलं ग्राह्यं फलं तक्रेण स्वेदितम्।
पाचितं कटुतैलेन हिङ्गुसार्द्धं प्रतापितम्॥ ९१॥

भैरंड के कोमल फलको तक्रसे स्वेदन करे और कडुवे तैल से पक करे और हींग के साथ प्रतापित करे॥ ९१॥

कफानिलहरं वृष्यं रूक्षमुष्णं च पित्तलम्।
अग्निसंजननं रुच्यं गुरुपाकेऽतिपिच्छलम्॥ ९२॥

भैरंडफल—कफ और वातको हरण करनेवाला, वृष्य, रूखा, गरम, पित्त-

कर्त्ता, अग्नि को चैतन्य करनेवाला, रुचिकर्त्ता, पाकमें भारी और बहुत पिच्छलहै ॥ ९२ ॥

अथ कुटजफलम् ॥

सलिलपरिचितं मुखे कृशानो-
रथ मथितेन विपाचितं सुतैले ।
सुलवणसहितं सहिङ्गुवासं
रुचिजनकं गिरिमल्लिकाफलं स्यात् ॥ ९३ ॥

जलके साथ अग्नि में पक्क किये और सुन्दर तैल में मथित के साथ पक्क किये, और अच्छे लवण के सहित हींग से युक्त किये ऐसे गिरिमल्लिका (कुटज) अर्थात् कूडा का फल रुचि को पैदा करनेवाला होवेहै ॥ ९३ ॥

कौटजं सुलघु स्वादु मृदु ग्राहि च शीतलम् ।
ज्वरहृद्रोगपित्तार्शोगुदावर्तस्य शूलजित् ॥ ९४ ॥

कुटज फल के गुण ॥

कुटज फल—बहुत हलका, स्वादु, कोमल, ग्राही, शीतल, ज्वर को हरण करनेवाला, रोग,पित्त, मस्सा और गुदावर्त्त के शूलको जीतनेवालाहै ॥ ९४ ॥

अथ कदलीफलम् ॥

सहिङ्गुकाज्येहि कृताधिवासं
मोचाफलं सैन्धवसारसालि ।
एलामरीचिप्रतिवर्द्धयोगा-
न्निहन्ति मान्द्यं जठरानलस्य ॥ ९५ ॥

हींग के सहित घृत में सैन्धव लवण के सहित मोचाफल (केला) को पक्क करे और इलायची, मरिच युक्त करे । इसप्रकार बनाया मोचाफल जठरानल की मन्दता को नाश करे है ॥ ९५ ॥

कादल्यं मधुरं शीतं फलं विष्टम्भि पित्तजित् ।
स्निग्धं गुरुतरं हृद्यं क्षतक्षयसमीरजित् ॥ ९६ ॥

केला के गुण ॥

कदलीफल (केला)– मधुर, शीतल, विष्टंभी, पित्तको मारनेवाला, चिकना, बहुत भारी, हृदय को हितकारी, क्षत (घाव) और क्षयरोग और वादी को जीतनेवाला है अर्थात् क्षत, क्षय, वातको दूर करे है ॥ ९६ ॥

अथ राजमाषादिफलम् ॥

राजमाषमुकुष्ठादिफलं बीजविवर्जितम् ।
पक्कं घृतेऽथपत्रं च सर्वोपस्करसंयुतम् ॥ ९७ ॥

बीजरहित राजमाष (चौंला), मुकुष्ठ (मोठ) आदि फलको घृत में पक्क करे और पत्रों को भी संपूर्ण उपस्कर के सहित घृत में पक्क करे ॥ ९७ ॥

राजमाषं परं हृद्यं कफपित्तहरं परम् ।
आध्मानवातकृद्ग्राही तत्पत्रं तद्गुणावहम् ॥ ९८ ॥

राजामाष (चौंला) हृदय को परम हितकारी, कफ, पित्त को हरण करनेवाला, अफरा और वात को करनेवाला और ग्राही है । राजमाषके पत्रोंमेंभी राजमाष के ही गुणहैं ॥ ९८ ॥

अथैरण्डजफलम् ॥

तक्रे संस्वेदितं पूर्वं बालमेरण्डजं फलम् ।
पाचितं तिलजे तैले सर्वोपस्करसंयुतम् ॥ ९९ ॥

एरंड के कच्चे फल को पहले तक्र में स्वेदन करे फिर संपूर्ण उपस्कर सहित तिलों के तैल में पक्क करे ॥ ९९ ॥

एरण्डं वातजिद्बल्यं कषायं कफनाशनम् ।
आमवातहरं स्निग्धं रुच्यमुष्णं तु पाचिकम् ॥ १०० ॥

एरंड फल के गुण ॥

एरंड का फल–वातहर्त्ता, बलकर्त्ता, कषैला, कफनाशक, आमवात रोगको हरणकर्त्ता, चिकना, रुचिकारक, गरम और पाचकहै ॥ १०० ॥

अथ कौहृडः ॥

कोमलं क्षीरसंस्विन्नं घृते पक्कं सजीरके ।
लवणार्द्रकसंयुक्तं वेसवारेण वेष्टितम् ॥ १०१ ॥

कौहड़ के कोमल फलको क्षीर में (दूध में) संस्विन्न करे और जीरा सहित घृत में पक्करे और लवण, अदरख मिलावें और वेसवार से वेष्टित करे याने लपेट के युक्त करे ॥ १०१ ॥

पित्तघ्नं मधुरं शीतं रक्तपित्तविनाशनम् ।
विष्टम्भजननं हृद्यं सुरुच्यं कफदं सरम् ॥ १०२ ॥

इति फलाधिकारः ।

कौहड़ के गुण ॥

कौहड़-पित्तनाशक, मधुर, ठंढा, रक्तपित्तनाशक, विष्टंभी, हृदय को हितकारी, उत्तम रुचिको करनेवाला, कफकर्त्ता और दस्तावर है ॥ १०२ ॥

यह फलाधिकार समाप्त हुआ ॥

अथ पत्रशाकम् ॥

अथ वास्तुकम् ॥

कृतयवशविवेचं म्लानवास्तूकशाकं
क्वथितमिलिततक्रं तैलहिङ्गुप्रसक्तम् ।
लवणमरिचयुक्तं स्पष्टराद्धं सफेणं
चलयतिचरसज्ञां वीक्षणादेव पुंसाम् ॥ १०३ ॥

वास्तूक (वथुवा) के शाकमें से यव आदि के पत्ते बीन कर औटाये हुये तैल, हींग सहित तक्र में छोड़े। और लवण, मरिच और फेण सहित खूब रांधे यह वास्तूक का शाक मनुष्यों को देखने से ही जिह्वा को चलाताहै ॥ १०३ ॥

वास्तूकं पाचनं हृद्यं लघुशुक्रबलप्रदम् ।
सरं प्लीहास्रपित्तार्शःकृमिदोषत्रयापहम् ॥ १०४ ॥

वथुआ-पाचन, हृद्य, हलका, शुक्रकर्त्ता, बलकारक, दस्तावर है। और यह प्लीह, तापतिल्ली, पित्त, मस्सा और ववासीर और कृमीरोग और त्रिदोष को हरणकर्त्ता है ॥ १०४ ॥

---

१ वथुआ के शाक को रांधते २ जब उसमें फेण (झाग) आजावे तब तक खूब रांधे ।

अथ चौराई ॥

आलोडितं कठिनकोमलतण्डुलीय-
मुद्धासितं सलिलकाञ्जिकमेलकेच ।
पिण्डीकृतं लवणतैलविपाच्यमेत-
न्मन्दाग्निमङ्कुरयति श्रितहिङ्गुवासम् ॥ १०५ ॥

पक्की और कच्ची तंडुलीय (चौराई) को अच्छीतरह देख के जल और कांजी में उद्वासित (वासी) करके पिंडा करे याने जल और कांजी के जलमें से निकाल पिंडा बनावे फिर इसको लवण के साथ तैल में पक्क करे और हींग का सुगन्ध देवे । यह मंदाग्नि को जगाती है ॥ १०५ ॥

कतिपयकरमर्दकैरुपेतं
नवदलकोमलतण्डुलीयशाकम् ।
तिलरसपरिपाकहिङ्गुसङ्गे
लवणविपाचितमग्निमान्द्यमाथि ॥ १०६ ॥

थोड़े करोंदों के सहित नये पत्तोंवाली कोमल चौराई के शाक को तैल में पकाये हुये हींग के साथ पक्क करे । यह चौराई का शाक मंदाग्नि को दूर करे है ॥ १०६ ॥

तण्डुलीयो लघुः शीतो रूक्षःपित्तकफान्तकृत् ।
सृष्टमूत्रमलो रुच्यो दीपनो रक्तपित्तहा ॥ १०७ ॥

चौराई-हलकी, शीतल, रूक्ष, पित्त, कफनाशक, रुधिरदोषनाशक, मल मूत्रको निकालनेवाली, रुचिकारक, अग्नि को दीपन करनेवाली और रक्त पित्त को नाशकरने वालीहै ॥ १०७ ॥

अथ कसौंदी ॥

पत्राधिका प्रथमकोमलकासमर्दी
धूलीगलद्विमलतण्डुलपिष्टलिप्ता ।
सिद्धा घृतेन मरिचैरवचूर्णिता च

---

१ भावप्रकाश आदिमें "विषहारकः" ऐसापाठ है ऐसे पाठ रहे तो यह विषनाशक है ॥

जायेत सापि रुचिसंजननी जनानाम् ॥ १०८ ॥

धूल आदि से रहित स्वच्छ चावलों की पीठी के साथ अधिक पत्तोंवाली पहले पैदाहुई कासमर्दी (कासौंदी) को घृत में पक्क करे और मरिचके चूर्णसे युक्त करे। यह भी मनुष्यों की रुचि करनेवाली होती है ॥ १०८ ॥

कासमर्दी लघुः कण्ठकासदोषविनाशिनी।
ग्राहिणी रक्तपित्तार्शोविषदोषहरा स्मृता ॥ १०९ ॥

कासमर्दी (कासौंदी)-हलकी, कंठदोष और खांसी को नाश करनेवाली है। ग्राहिणी, रक्तपित्त, मस्सा और जहर के दोषों को हरण करनेवाली कही है ॥ १०९ ॥

अथ देवदालीशाकः ॥

देवदालीदलं तक्रे स्वेदितं खण्डितं भृशम्।
वेसवारयुते स्वाज्ये भर्जितं हिङ्गुना दृढम् ॥ ११० ॥

देवदाली (घीया, तूमड़ी) के पत्तों को तोड़ के तक्र में स्वेदन करे फिर वेसवार, हींग सहित घृत में खूब भर्जित (पक्क) करे ॥ ११० ॥

देवदाली सरा तिक्ता ह्यम्लपित्तविनाशिनी।
कुष्ठघ्नी कामला शोथविषघ्नी च रसायनी ॥ १११ ॥

देवदाली-दस्तावर, तिक्त, अम्लपित्तनाशक, कुष्ठ (कोढ़) को नाश करनेवाली, पांडुरोग, शोथ और जहर के दोष को नाश करनेवाली है और रसायनी है ॥ १११ ॥

अथ पाठाशाकम् ॥

पाठाशाकं गतचरदिने गव्यतक्रेण स्वेद्यं
प्रातःकाले जरणसहिते तप्ततैले विपाच्यम्।
चूर्णं क्षिप्तं लवणसहितं मारिचं तत्र नेयं
सर्वेभ्यस्तद्भवति रुचिदं व्यञ्जनेभ्यःप्रभूतम् ॥ ११२ ॥

---

१ "लाभोपायोहि शस्तानां रसादीनां रसायनम्" अर्थ-रुधिर आदि धातुओं के लाभका जो उपाय उसको रसायन कहते हैं। याने रसायन वस्तु धातुओं को बढ़ावे है ॥

पाठा (पाढ) के शाकको पहले दिन गौके तक्र में स्वेदन करके दूसरे दिन प्रातःकाल के समय जीरा के सहित गरमकिये हुये तैल में पक्व करे फिर उसमें लवणके साथ मरिच के चूर्ण को छोड़े । यह पाठाशाक संपूर्ण व्यंजनों से अच्छा और रुचिको देनेवाला है ॥ ११२ ॥

पाठा कषायतीक्ष्णोष्णावातश्लेष्महरा लघुः ।
हन्ति श्लेष्मज्वरच्छर्दिकुष्ठातीसारहृद्गदान् ॥ ११३ ॥

पाठा-कषाय, तीक्ष्ण, गरम, वात और कफको हरण करनेवाली, हलकी है । और कफ, ज्वर, छर्दि, कुष्ठ, अतीसार और हृदय के रोगों को नाश करनेवाली है ॥ ११३ ॥

अथ शाकत्रयपरस्परवक्रोक्तिकाः श्लोकाः ॥

अथ पोपिकोपहासः ॥

द्विधाहं षड्रसोपेता किमन्यैर्व्यञ्जनादिकैः ।
तण्डुलैरालनव्याजैर्हसत्येषा हि पोपिका ॥११४ ॥

पोपिका (पोईका) कहती है कि छः रसों से युक्त दो तरह की जहां मैं हूं तहां और व्यंजन आदिकों से क्या प्रयोजन है । यह पोपिका (पोई) चावलों के आलन के मिष से और व्यंजनादिकों को हँसती है । याने चावलों के आलन के साथ पोई का शाक बहुत उत्तम होता है ॥ ११४ ॥

वटपत्रवद्दलपत्रिकापरितप्ततैलप्रतापिता ।
नवहिङ्गुसुवासवासिता परिभोक्तृचित्तविकाशिका ॥११५ ॥

वटके पत्तों जैसे मोटे पत्तोंवाली और गरम तैलमें पकाई हुई और नवीन हींग के सुगन्ध से वासित यह पोपिका का शाक भोजन करनेवाले के चित्तको प्रफुल्लित करती है ॥ ११५ ॥

सुतप्ततलतापिता सुवासहिङ्गुवासिता ।
घनाम्लतक्रपाचिता सपोलिकाज्यभर्जिता ॥ ११६ ॥

पोपिका बहुत गरम तैल में तापित और अच्छे हींग के सुगन्धसे सुगन्धित, और गाढे खट्टे तक्र से पाचित और घृतमें भर्जित करनी चाहिये ॥११६ ॥

पोपिका शीतला बल्या श्लेष्मला वातपित्तहा ।

पथ्यदा दोषहा रुच्या निद्रापुष्टिकरी स्मृता ॥ ११७ ॥

पोयिका (पोईका) शाक-शीतल, बलकारक, कफकर्ता, वात पित्तनाशक, पथ्या, दोषनाशक, रुचिकारक और निद्रा करनेवाली कही है ॥ ११७ ॥

अथ शतपुष्पोपहासः ॥

एकैवाहं बहुरसा स्ववासेनैव वासिता ।
शतपुष्पा वदत्येतच्छत्रं दत्तं जिगीषया ॥ ११८ ॥

शतपुष्पा (सौंफ) कहती है कि बहुत रसों से युक्त एक ही मैं अपनी सुगन्धसे वासित हूं । और जीतने की इच्छा से यह छत्र धारण किया है॥११८॥

भर्जिता कटुतैलेन सिन्धुजेनावमर्दिता ।
शतपुष्पाहसत्येषा परवासमपेक्षिकम् ॥ ११९ ॥

कडुये तैल में भर्जित और सैन्धव लवण से मर्दित यह शतपुष्पा हँसती है कि मुझे दूसरे की सुगन्ध की अपेक्षा नहीं है, अर्थात् यह शतपुष्पा अपनेही सुगन्ध से सुगन्धित है ॥ ११९ ॥

शतपुष्पा कटु स्निग्धा तिक्तोष्णा श्लेष्मवातहा ।
रुच्या नेत्ररुजं हन्ति वस्तिकर्मणि शस्यते ॥ १२० ॥

शतपुष्पा, कटु, स्निग्ध, तिक्त, गरम, कफ और वातनाशक, रुचिकारक, और नेत्ररोग को नाश करती है । और यह वस्तिकर्म (पिचकारी देने) में अच्छी है ॥ १२० ॥

अथ मेथिकोपहासः ॥

स्ववासवासिता चाहं शतपुष्प्यायदीरितम् ।
किं तया क्रियते भूत्या स्वेनैव स्वोपभोगिका ॥ १२१ ॥

मेथिका (मेथी) सौंफ को हँसती है कि सौंफ ने जो कहा कि मैं अपने ही वास से वासित हूँ सो यह सौंफ अपनी सुगन्ध से आपही उपभोग करने वाली है इस लिये इस ने अपनी विभूति से क्या किया । अर्थात् सौंफ का सुगन्ध सौंफ ही में रहता है दूसरों को इसका सुगन्ध नहीं आता । और मेथी

---

१ शतपुष्पा का वृक्ष छत्राकार होता है ॥

का सुगन्ध सब जगह फैल जाताहै इस कारण यह उसको हँसती है, यह आगे के श्लोक में कहते हैं ॥ १२१ ॥

मद्वासेनैव सकलं भोजनागारमङ्गणम् ।
वासितं मेथिकाचष्टे किं स्ववासस्ववासिता ॥ १२२ ॥

मेथी कहती है कि संपूर्ण भोजन बनाने का अँगण याने रसोई का घर मेरे सुगन्ध सेही सुगन्धित होताहै । इस कारण अपने सुगन्ध से आपही सुगन्धित ऐसी शतपुष्पा मेरे सामने क्या है ॥ १२२ ॥

मेथीशाकं पयसि विधृतं स्वेदितं पीडितं हि
प्राज्ये स्वाज्ये जरणसहिते मेलितं भर्जितं हि ।
कासोच्छ्वासं प्रसृतमधिकं कर्पितो जाठराग्नि-
र्येन प्राणं सुबहुगुणितं भक्ष भूयोऽपिभूयः ॥ १२३ ॥

मेथी के शाक को दूध में छोड़ कर स्वेदन करे फिर हाथों से निचोड़ कर जीरा के सहित गरम किये बहुत से घृत में भर्जन करे । यह कास, श्वास और रुधिरविकार को हरण करे है । और जाठराग्नि को बढ़ावे है । इसकारण बहुत गुणोंवाले मेथी के शाकको वार २ खाना चाहिये ॥ १२३ ॥

मेथिका दीपनी हृद्या बद्धविट्कृमिशुक्रनुत् ।
रूक्षोष्णं तत्फलं कासानिलश्लेष्मवमिंजयेत् ॥ १२४ ॥

मेथी-दीपनकर्त्ता, हृदय को हितकारी, दस्त को बांधनेवाली, कृमि और शुक्र को नाश करनेवाली, रूक्ष और गरम है । और इसका फल अर्थात् दाणा मेथी खांसी, वादी, कफ और वमन को दूर करे है ॥ १२४ ॥

अथ काकमाचिका ॥

काकमाचिजनितं मृदुशाकं
वेसवारमिलितेन सुवासम् ।
तप्ततैलपतनेन सुपाकं
केन प्राप्य न कृतं सुखहासम् ॥ १२५ ॥

काकमाची (मकोय) के कोमल शाक को तप्त (ताते) तैल में पकावे

और वेसवार नामक मसाले से सुगन्धित करे। इसको खाके किसने सुखहास नहीं किया अर्थात् इसको खाके संपूर्ण जन प्रसन्न होते हैं॥ १२५॥

काकमाची बहुगुणा कटुतिक्ता रसायनी।
चक्षुरोगहराहिक्कावमिहृद्रोगनाशिनी॥ १२६॥

काकमाची—बहुत गुणवाली, कटु, तिक्त, रसायनी, नेत्ररोग को हरण करनेवाली, हिक्का और वमन हृदयके और रोगको नाश करनेवाली है॥ १२६॥

अथ सेहुण्डः॥

सैहुण्डं दलितं पत्रं स्विन्नं हस्तेन पीडितम्।
जीराज्येनाधिकं पुष्टं माणिमन्थेन मर्दितम्॥ १२७॥

सैहुण्ड (थौर) के पत्तों को तोड़ के स्विन्न करे याने जलमें सिजोवे फिर हाथ से निचोड़ कर सैन्धव लवण से मर्दित करके जीरा और घृतमें खूब पक्क करे॥ १२७॥

सैहुण्डो रेचनस्तीक्ष्णो दीपनः कटुको गुरुः।
शूलमाष्ठीलिकाध्मानगुल्मशोथोदरं जयेत्॥ १२८॥

थौर के पत्ते—रोचन, तीक्ष्ण, दीपन, कटुक और भारी है। और शूलरोग, आष्ठीलिका (वायुका रोगविशेष), अफरा, गुल्मरोग, शोथ और जलोदर को दूर करे है॥ १२८॥

अथ पवारः॥

द्विपत्रजातं प्रपुन्नाटशाकं सुस्वेदितं पीडितगाढगाढम्।
ससैन्धवंराजिकयासुदध्नाविमर्द्यसर्वेकथितेऽथपाच्यम् १२९॥

दो पत्तोंवाले प्रपुन्नाटशाक (पवांड़ के शाक) को अच्छीतरह स्वेदन करके खूब हाथों से निचोड़ के सैन्धव लवण, राई और दही से खूब मर्दन कर के खूब पक्क करे॥ १२९॥

प्रपुन्नाटो लघुः स्वादुर्वातश्लेष्महरः परः।
तिक्तः कन्धामयहरः कासकुष्ठकृमीञ्जयेत्॥ १३०॥

पवांड़—हलका, स्वादु, वात और कफ को हरण करनेवाला, तिक्त, कंधरोग को हरण करनेवाला, कास, कुष्ठ और कृमीरोग को दूर करेहै॥ १३०॥

अथ लोणियाशाकः ॥

शाकं लौणिकसंज्ञकं सुदलितं तप्ते घृते तापितं
हिङ्ग्वार्द्रेण विमिश्रितं सलवणं तक्रेण संपाचितम् ।
नोवास्वेद्यमिदं सुहिङ्गुसहिते तैलेऽथवाधारितं
स्विन्नं तण्डुलसंयुतं सलवणं तक्रैर्विना पाचितम् ॥ १३१ ॥

लोणिया के शाकको अच्छी तरह चाकू आदि से काट के ताते घृत में तापित करे याने पक्क करे फिर हींग, अदरख और लवण के साथ तक्र से पक्क करे। अथवा इसको स्वेदन न करे और हींग सहित तैल में छोड़े और वगैर तक्र के चावलों के साथ पक्क करे और लवण युक्त करे ॥ १३१ ॥

लौणिकं गुरु शीतोष्णं रूक्षं विष्टम्भकृत्सरम् ।
दोषकृन्मधुरं पाके वातकृत्त्वम्लपित्तलम् ॥ १३२ ॥

लोणिया का शाक-भारी, शीतोष्ण, रूक्ष, विष्टंभकारी और दस्तावर है। दोषकर्त्ता, पाकमें मधुर, वातकर्त्ता और अम्लपित्त करनेवालाहै ॥ १३२ ॥

अथ चणाशाकम् ॥

सुकृतं चाणकं शाकं तप्ततैले सुपाचितम् ।
सुतण्डुलालनयुतं हिङ्ग्वार्द्रकविमिश्रितम् ॥ १३३ ॥

अच्छी तरह बनाये चनों के शाक को ताते तैल में पक्व करे और इसमें अच्छे चावलों का आलन डाले और हींग, अदरख छोड़े ॥ १३३ ॥

अथ सशिखचाणकशाकम् ॥

सशिखं चाणकं शाकमम्लतक्रेण स्वेदितम् ।
सहिङ्गुलवणे तैले भर्जितं नागरान्वितम् ॥ १३४ ॥

शिखा सहित चणों का शाक (चणों के डीरों का शाक) को खट्टे तक्र में स्वेदन करे और हींग, लवण युक्त तैल में पक्क करे और नागर (सोंठ) युक्त करे ॥ १३४ ॥

क्षाराम्लभावसहजाश्चणकप्रवालाः
संमर्दिता मरिचसैन्धवभृङ्गवेरैः ।

संचूर्णिताः कटुकतैलयुतैः समस्तै-
भृष्टैःसुहिङ्गुजकणैः परिदत्तवासाः ॥ १३५ ॥

स्वभाव सेही खारे और खट्टेपने को प्राप्त ऐसे चनों के पत्तों के शाक को अच्छीतर हमर्दित करके उनमें मरिच, सैन्धव लवण और अदरखका चूर्ण छोड़के इनसबों को कडुवे तैलमें पक्क करे फिर हींग और पीपल से सुगन्धितकरै। १३५॥

चाणकं शाकमुद्दिष्टं दुर्जरं कफवातहृत् ।
विष्टम्भजननं हृद्यं विशेषात्पुष्पवर्जितम् ॥ १३६ ॥

चनों का शाक-दुर्जर (दुःख से पचनेवाला), कफ और वात को हरणकर्त्ता, विष्टम्भजनन (डूजा करनेवाला), और हृदय को हितकारीहै। और विशेष से पुष्परहित अच्छा है ॥ १३६ ॥

अथ चिञ्चुशाकम् ॥

चिञ्चुशाकजमिदं मृदुपत्रं
स्वेदितं तुषजलेन नितान्तम् ।
तैलहिङ्गुलवणैः सुपाचितं
कस्य नो दिशति चेतसोत्सवम् ॥१ ३७॥

चिञ्चु (चञ्चु) के कोमल पत्तों के शाकको कांजी के जल से अच्छीतरह स्वेदनकरे फिर तैलमें हींग और लवण छोड़ के उसके साथ पक्ककरे । यह चिंचुशाक किसके चित्त के उत्सव को नहीं करताहै ॥ १३७ ॥

चिञ्चुः शीता सरा रूक्षा स्वाद्वी दोषत्रयापहा ।
धातुपुष्टिकरा बल्या मेध्या पिच्छिलकाहिसा ॥ १३८ ॥

चिंच-शीतल, दस्तावर, रूक्ष, स्वादु और त्रिदोष को दूर करे है । और धातु को पुष्ट करनेवाली, बलकर्ता, मेध्या और चिकनी है ॥ १३८ ॥

अथ नाडीशाकम् ॥

नालेन रहिता नाली सुस्विन्ना मुष्टिपीडिता ।
घृते तप्ते परिक्षिप्ता चिञ्चिणीपत्रसंयुता ॥ १३९ ॥

---

२ "चिञ्चा चञ्चुश्चञ्चुकीच दीर्घपत्रा सतिक्तका" अर्थ-चिंचा, चंचु, चंचुकी, दीर्घपत्रा, और सतिक्तका ये संपूर्ण चिंचा के नाम हैं। हिंदी में चिचु, चेचुना और चुचमाजी कहते हैं ॥

नालरहित नाली को सुस्विन्न (सिंजोय) करके मूंठी से निचोड़े फिर चिंचिणी (इमली) के पत्र मिला के ताते घृत में पक्क करे ॥ १३९ ॥

नाली सरा लघुः शीता पित्तनुत्कफवातला ।
व्रणशोथहरा ज्ञेया लिप्ता शोथघ्निका मता ॥ १४० ॥

नाली—दस्तावर, हलकी, पित्तनाशक, कफ और वातकर्ता, व्रण (फोड़ा) और शोथ (सूजन) को हरण करनेवाली जानना। और लेप करने से शोथ को हरण करती है ॥ १४० ॥

अथ पालिक्यम् ॥

पालिक्यं दलितं शाकं तिलतैले विपाचितम् ।
अम्लद्रव्यसमाकीर्णं हिङ्गुसैन्धवसंयुतम् ॥ १४१ ॥

दलित (चाकू आदि से कतरे) पालिक्य (पालक) के शाकको तिलों के तैल में पक्व करे फिर इस में अमचूर आदि खट्टा पदार्थ हींग और सैन्धव लवण छोड़े ॥ १४१ ॥

पालिक्यावातला शीता भेदिनी श्लेष्मला गुरुः ।
विष्टम्भजननी चैव नेत्ररोगकरी हि सा ॥ १४२ ॥

पालक—वातकर्ता, शीतल, दस्तावर, कफकारी, भारी, विष्टंभकारी और नेत्र रोग करनेवाली है ॥ १४२ ॥

अथ मरिचशाकम् ॥

सुतसमाज्ये बहुजीरकान्विते
सुस्वेदितं मारिचसंज्ञशाकम् ।
ससैन्धवं तक्रविलोड्यपाचितं
संप्रापितं प्राक्तनभाग्यकेन ॥ १४३ ॥

बहुत से जीरा के सहित खूब ताते किये हुये घृत में मरिच के शाक को अच्छी तरह पक्क करे फिर सैन्धव लवण सहित तक्र मिलाके पक्क करे। इस प्रकार बनाया हुआ मरिच का शाक पूर्व जन्म के भाग्य से मिला है ऐसा जानना ॥ १४३ ॥

रुच्यं वातहरं बल्यं कफहृद्रोगनाशनम् ।

हृद्यं पित्तकरं किञ्चिच्छाकं मरिचसंज्ञकम् ॥ १४४ ॥

मरिच का शाक--रुचिकर्ता, वातहर्ता, बलकर्ता, कफहर्ता, रोगनाशक, हृदय को हितकारी, और कुछ पित्त करनेवालाहै ॥ १४४ ॥

अथ वर्वौतिशाकम् ॥

सदण्डपत्रं मृदुखण्डशः कृतं
सरामठं तप्तघृते सुभर्जितम् ।
ससैन्धवं तक्रयुतं विपाचितं
वार्वौतिकं देव शिवेन दापितम् ॥ १४५ ॥

दंड सहित कोमल पत्तों को काट के हींग सहित ताते घृत में भर्जन करे फिर सैन्धव लवण सहित तक्र छोड़ के पक्व करे । यह वार्वौतिक शाक को हे देव (हे राजन्!) शिवने दिया है ॥ १४५ ॥

सौगन्धं पित्तहृद्बल्यं हृद्यं वातानुलोमनम् ।
प्रोक्तं लघुतरं पाके नागवल्ल्याः स्थलोद्भवम् ॥ १४६ ॥

नागवल्ली के स्थल में पैदा होने वाला वर्वौतिका शाक-सुगन्धवान्, पित्तहर्ता, बलकर्ता, हृदय को हितकारी, वातकर्ता, पाकमें बहुत हलकाहै ॥१४६॥

अथ वेल्लजंशाकम् ॥

सुकृत्तं वेल्लजं शाकं क्षिप्तमाज्ये सहिङ्गुके ।
उपिते मथिते तक्रे शुक्लवर्णं विपाचितम् ॥ १४७ ॥

अच्छी तरह बनाये हुये वेल्लज (मरिच) के शाकको हींग के साथ गरम किये हुये घृत में छोड़े फिर बासी तक्र छोड़ के शुक्लवर्ण पक्व करे ॥ १४७ ॥

वेल्लजं कटुकं शाकं तिक्तंच लघुपाचकम् ।
सुगन्धं सुरसं प्रोक्तं सुशीतं रुचिकारकम् ॥ १४८ ॥

मरिच के पत्तों का शाक--कटु, तिक्त, हलका, पाचक, सुगन्धवान्, अच्छे रसवाला, बहुत शीतल और रुचिकारक कहा है ॥ १४८ ॥

अथ चूक्राशाकम् ॥

चुक्रकं सुतिलतैलपाचितं

सूपधूपमिलितं ससैन्धवम् ।
वृन्तकेन सहितं सुसौख्यदं
भामिनीव मिलिता सुकामिनम् ॥ १४९ ॥

चुक्रक (चूका) के शाकको तिलों के तैल में पक्क करे और सैन्धव लवण छोड़े और दाल की धूप से युक्त करे । यह वृन्ताक के साथ करने से वहुत अच्छा होय है । इस को वृन्ताक के साथ करना मानो अच्छे कामी को स्त्री मिलगई हो ऐसा जानना चाहिये ॥ १४९ ॥

चक्रं चुक्रतरं स्वादु वातघ्नं पित्तकृत्परम् ।
रुच्यं लघुतरं पाके सवृन्ताकं सुरोचकम् ॥ १५० ॥

चूका—वहुत खट्टा, स्वादु, वातनाशक, पित्तकर्ता, रुचिकारक, पाकमें वहुत हलका और वैंगन के साथ अच्छा रुचिकारक है ॥ १५० ॥

अथ पुनर्नवाशाकम् ॥

पौनर्नवं शाकमतीवमिष्टं
संस्वेदितं मुष्टिभिरेवपिष्टम् ।
संपाचितं मिष्टतमे सुतैले
संवासितं हिङ्गुकणेन रुच्यम् ॥ १५१ ॥

वहुत मीठे शाठी के शाक को जलमें सिजोके मूंठी से निचोड़ के वहुत मीठे तैल में पक्क करे और हींग और कणा (पीपल) से सुगन्धित करे, यह रुचिकारक है ॥ १५१ ॥

पौनर्नवं हि चाक्षुष्यं तिक्तं रूक्षं कफापहम् ।
शोथपाण्डुक्षयश्वासज्वरहृद्रोगनाशनम् ॥ १५२ ॥

शाठी—नेत्रों को हितकारी, तिक्त, रूक्ष, कफको दूर करनेवाली, शोथ (सूजन), पांडुरोग, क्षयरोग, श्वास और ज्वर को हरण करनेवाली है और रोगों को नाश करती है ॥ १५२ ॥

अथ चित्रावल्लीशाकम् ॥

विचित्रचित्रकं शाकं कासमर्दे विमर्दितम् ।
तप्ततैले सवाह्लीके पाचितं तक्रसंस्कृतम् ॥ १५३ ॥

विचित्र चित्रक के शाक को कासमर्द में मर्दन करके (हाथों से मल के) हींग सहित गरम किये तैल में पक्व करे और तक्र मिलावे ॥ १५३ ॥

चित्रकः कटुकः पाके वह्निकृत्पाचको लघुः ।
श्लेष्मानिलहरो ग्राही रुच्यो वृष्यतरोहि सः ॥ १५४ ॥

चित्रक—पाकमें कटु, अग्निको दीपन करनेवाली, पाचक, हलकी, कफ, वात को हरण करनेवाली, ग्राही, रुचिकारी और बहुत वृष्य है ॥ १५४ ॥

अथ कुसुम्भम् ॥

कौसुम्भं कोमलं शाकं कासमर्दविमर्दितम् ।
पाचितं तप्तके तैले माणिमन्थविमन्थितम् ॥ १५५ ॥

कौसुंभ के कोमल शाकको कासमर्द से मलके और सैन्धवलवण से मथके गरम तैल में पक्व करे ॥ १५५ ॥

कौसुम्भं कासजिच्छाकं रूक्षमुष्णं च पित्तलम् ।
सुस्वादु मधुरं पाके लघु रुच्यं सरं हि तत् ॥ १५६ ॥

कौसुंभ का शाक—कास (खांसी)को दूर करे, रूखा, गरम, पित्तकर्ता, सुस्वादु, पाकमें मधुर, हलका, रुचिकारक, और दस्तावर है ॥ १५६ ॥

अथ शिरवाली॥

श्रीवालकदलं ग्राह्यमारनाले सुस्वेदितम् ।
पिण्डितालोडितं तैले कासमर्दसमन्विते ॥ १५७ ॥

श्रीवाल के पत्तों को कांजी के जल में सिजोके जल निचोड़ के कासमर्द सहित तैल में आलोडन करे याने मिलावे ॥ १५७ ॥

वातपित्तहरा वल्या विबन्धाध्माननाशिनी ।
कफहन्मूत्रकृच्छ्रघ्नी भेदिनी सा रसायनी ॥ १५८ ॥

शिरवाली—वात और पित्त को हरण करनेवाली, बलकारी, विबंध और अफरा को नाश करनेवाली, कफ को हरण करनेवाली, मूत्र कृच्छ्ररोग को नाश करनेवाली, दस्तावर और रसायनी है ॥ १५८ ॥

अथ बछौतीयाशाकम् ॥

जीवन्त्याः कोमलं पत्रं स्विन्नं तक्रे सुपीडितम् ।

हिङ्गुना भर्जितं तैले तक्रं क्षिप्त्वा प्रलेहितम् ॥ १५९ ॥

जीवन्ती (डोडी) के कोमल पत्तों को तक्र में स्विन्न करे, फिर निचोड़ के पिंडा करके हींग सहित तैल में पक्क करे और तक्र छोड़के प्रलेह करे ॥ १५९ ॥

जीवन्ती बृंहणी वृष्या गुर्वी रुच्या रसायनी ।
चक्षुष्या सर्वरोगघ्नी प्रोक्ता मधुरपाकिनी ॥ १६० ॥

इति पत्रशाकाधिकारः ॥

जीवन्ती–बृंहणी, वृष्या, भारी, रुचिकारी, रसायनी, नेत्रों को हितकारी, संपूर्ण रोगोंको नाश करनेवाली और पाक में मधुर कही है ॥ १६० ॥

यह पत्रशाक का अधिकार समाप्त हुआ ।

अथ पुष्पशाकम् ॥

अथ करीरकुसुमम् ॥

कारीरं कुसुमं सुघर्मनिहितं सद्वारिणा संयुतं
सप्ताहेन विपाचितं सलवणं हिङ्ग्वाढ्यतैले भृशम् ।
क्षिप्तं तक्रतरं सुकाञ्जिकमथो सद्बेसनेनान्वितं
भोक्ता केन समर्चितः प्रतिदिनं श्रीपार्वतीशः स्वयम् ॥ १६१ ॥

करीर (करील जिसको मारवाड़ में कैर कहते हैं) के पुष्पों को अच्छे जल में छोड़ के खूब घाम में रक्खे और सात दिन तक आतप में रखकर पक्क करे फिर जल में से निकाल कर लवण और हींग सहित तैल में छोड़ कर बहुत तक्रमें छोड़े अथवा इसमें अच्छा कांजी का जल छोड़े और उत्तम बेसन से युक्त करे । इसको प्रतिदिन खानेवाला स्वयं (साक्षात्) शिवजी है ॥ १६१ ॥

कारीरं कुसुमं भेदि कटुकं कफनाशनम् ।
पित्तहृद्रुचिदं भव्यं कषायं पथ्यदं भृशम् ॥ १६२ ॥

करीर का पुष्प–दस्तावर, कटु, कफनाशक, पित्तहर्त्ता, रुचिकर्ता, भव्य (साफ), कषाय, और बहुत पथ्यहै ॥ १६२ ॥

अथ कुटजपुष्पम् ॥

काञ्जिकेन मधुरेण मुहूर्तं

स्वेदितः कुटजपुष्पगुलुञ्छः ।
पाचितः सलवणस्तिलतैले
याति हिङ्गुसुरभीरुचिमत्त्वम् ॥ १६३ ॥

कुटज (गिरिमल्लिका) के पुष्पों के गुच्छे को मुहूर्तमात्र कांजी के जल से सिजोके लवण सहित तिलों के तैल में पक्व करे । यह हींग के सुगन्ध देनें से रुचिमान् होताहै ॥ १६३ ॥

कौटजं कुसुमं ग्राहि सुस्वादु मृदुशीतलम् ।
लघु हृद्रोगपित्तासृग्गुदावर्तज्वरं जयेत् ॥ १६४ ॥

कुटज का पुष्प-ग्राही, सुस्वादु, कोमल, शीतल, हलका, हृदय का रोग, पित्त-रुधिरविकार, गुदावर्त, और ज्वर को दूर करेहै ॥ १६४ ॥

अथ सौभाञ्जनम् ॥

शिग्रुमूलफलपुष्पकमिश्रं
तैलपक्वमुदकेथ संस्थितम् ।
क्षिप्तसैन्धवरजःसुहिङ्गुना
जायते सुरभिदीपनाग्निकम् ॥ १६५ ॥

सहजने की जड़-फल और पुष्पों को मिलाके तैल में पक्व करके जल में रक्खे और सैन्धव लवण का चूर्ण छोड़कर अच्छे हींग से सुगन्धित करे । यह सुगन्धवान् अग्नि को दीपन करनेवाला होताहै ॥ १६५ ॥

शिग्रुकःकटुतिक्तोष्णः स्नायुशोथसमीरजित् ।
कृमिजित्कफदोषघ्नो विद्रधिप्लीहगुल्महा ॥ १६६ ॥

शिग्रु (सहजना)-कटु, तिक्त, गरम, स्नायु, शोथ और वात को दूर करे, कृमिरोग को दूर करे, कफरोग को नाश करे, विद्रधि (शोथ का भेद रोग विशेष), प्लीहा (तिल्ली) और गुल्मरोगको दूर करे है ॥ १६६ ॥

अथ कचनारः ॥

कोविदारकलिकातिकोमला
तक्रस्विन्नतिलतैलपाचिता ।

हिङ्गुवासजसुवासवासिता
वेसवारलुलितातिलोभदा ॥ १६७ ॥

कोविदार (कचनार) की बहुत कोमल डोडी को तक्र में सिजोके तिलों के तैल में पक्क करे और हींग के वास से सुगन्धित करे और इसमें वेसवार नामक मसाला छोड़े। इसप्रकार बनायाहुआ कचनार बहुत लोभ देनेवाला होय है ॥ १६७ ॥

काञ्चनारःकषायश्च उष्णः शीतहरो लघुः ।
रूक्षः पित्तासृक्प्रदरग्रहणीक्षयकासनुत् ॥ १६८ ॥

कचनार-कषाय, गरम, शीतहर्ता, हलका, रूखा, पित्त, रक्त, प्रदर, ग्रहणी रोग, क्षयरोग और खांसी को दूर करे है ॥ १६८ ॥

शिरहुला ॥

कलिका नैव दलिता स्विन्ना तक्रे घृताधिके ।
वेसवारोषणाकीर्णा हिङ्गुचूर्णे विपाचिता ॥ १६९ ॥

शिरहुला (नील) की सांवती डोडी को तक्र में सिजो के वेसवार और मरिच और हींग सहित घृत में पक्क करे ॥ १६९ ॥

नीलिनी रेचिनी तिक्ता केश्यामोहभ्रमापहा ।
उष्णा हन्त्युदरप्लीहवातपित्तकफामयान् ॥ १७० ॥

नील-रेचक, तिक्त, वालोंको हितकारी और गरम है। यह-मूर्च्छा, भ्रम, उदररोग, प्लीहा, वात, पित्त, कफ और आमवात आदि रोगों को नाश करे है ॥ १७० ॥

अथ अगस्तिकुसुमम् ॥

आगस्त्यं कुसुमं तथा मृदुफलं केनाहतं जन्तुना
धन्यं चाद्यदिनं यदद्य मिलितं कस्यास्यमालोकितम् ।

आदि शब्द से-उदावर्त, मेदरोग और विषदोष को नष्ट करे है । यह भावप्रकाश में लिखा है "आमवात मुदावर्तं भेदेच विषमुद्धतम्,, इति ॥

स्विन्नं तक्रयुतं सुहिङ्गुलुलितं तप्ते घृते तापितं
भोक्ता सत्वरभाषितं प्रियतमेनाद्यापि संपाचितम् ॥ १७१ ॥

आगस्त्य (अगस्तिया) का फूल और कोमल फल को कौन लायाहै आज का दिन धन्यहै जो आज यह मिला, किसके मुख को देखा। इसको स्विन्न करे फिर तक्र मिलायके हींग के साथ गरमघृत में पक्क करे। इसको खानेवाला तुरन्त यह कहता है कि हे प्रियतमे! अद्यापि (इस समयमें भी) पाचन नहीं हुआ ॥ १७१ ॥

आगस्त्यं पित्तकफजिच्चातुर्थिकहरं हिमम्।
तत्फलं पीनसश्लेष्मवातनक्तान्ध्यनाशनम् ॥ १७२ ॥

अगस्तिया का पुष्प-पित्त और कफ को दूर करे है और चातुर्थिक ज्वर का नाशक और शीतल है। और इसका फल--पीनसरोग, कफ, वात और रात्रिका अंधापन (रतौंधा) अर्थात् रात्रि को न दीखने के रोग को नाश करे है ॥ १७२ ॥

अथ इरणीपुष्पम् ॥

अग्निमन्थभवबालवुण्डिका
सप्तरात्रमुदके सुसंस्थिता।
तक्रसिक्तघृतपाकपाचिता
हिङ्गुना जनितवासवासिता ॥ १७३ ॥

अग्निमन्थ[१] (अरणी) की छोटी २ डोंडियों को सात रात्रि पर्यन्त जल में संधित करे याने रक्खे फिर तक्र से सींच कर घृत में पक्क करे और हींग के वास (सुगन्ध) से वासित करे ॥ १७३ ॥

अग्निमन्थोऽतिहृद्यश्च त्रिदोषशमनः सरः।
आध्मानच्छर्दिहा शोथचक्षुरोगविषापहः ॥ १७४ ॥

अग्निमन्थ (अरणी)-हृदय को बहुत हितकारी, त्रिदोष को शमन करे

---

१ अग्निमंथ को हिन्दी में अरणी कहते हैं, इसके वृक्ष के पत्ते अनीदार और आमने सामने होते हैं। उनके जड़में से एक२छोटा२पत्ता निकलता है, इसका पुष्प सफेद पांच पंखड़ीका होताहै। और फल बहुत छोटे २ गोल गोल होतेहैं। और एक छोटी अरनी और होतीहै यह दोनोंवीर्य और रस आदि में तुल्यहै॥

और दस्तावर है। आध्मान रोग और छर्दि को नाश करे और शोथ (सूजन) नेत्र रोग और विष को दूर करे है ॥ १७४ ॥

अथ शणपुष्पम् ॥

सुस्विन्नं शाणकं पुष्पं तक्रे तैले विपाचितम्।
हिङ्गुना वासितंविल्ल सुचुर्णेनावचूर्णितम् ॥ १७५ ॥

शण के पुष्पों को जलमें सुस्विन्न करे फिर तक्र और तैलमें पक्क करे और हींग से सुगन्धित करे और मरिच के अच्छे चूर्ण से चूर्णित करे याने मरिच का चूर्ण मिलावे ॥ १७५ ॥

शणपुष्पं सरं वल्यमसृक्प्रदरनाशनम्।
मधुरं रुचिदं पाके किञ्चिद्विष्टम्भकारकम् ॥ १७६ ॥

शणका पुष्प—दस्तावर, बलकर्ता रक्तप्रदरको नाश करनेवाला, पाकमें मधुर रुचिकारक, और कुछ विष्टंभ कारकहै याने डूजा करता है ॥ १७६ ॥

अथ मधूकपुष्पम् ॥

सद्यश्च्युतं स्थूलमधूकपुष्पं
संशोधितं केसरधूलिवर्जितम्।
संपाचितं शुभ्रसिताघृताभ्यां
सजीरकं जीवनदं हि जीविनाम् ॥ १७७ ॥

तुरन्त लाये हुए मधूक पुष्पों को अर्थात् महुए के पुष्पों को अच्छी तरह जीव जंतु आदि से शोधन कर के और पुष्पों, के भीतर की जो केसर उसकी धूली से रहित करके अच्छी सपेद देशी मिश्री और घृत से पक्क करे और जीरा करके सहित करे। यह मनुष्योंको जीवन का देने वालाहै ॥ १७७ ॥

बृंहणीयं सुमधुरं मधूककुसुमं गुरु।
वातपित्तप्रशमनं हृद्यं रुच्यं मुखप्रियम् ॥ १७८ ॥

इति पुष्पाधिकारः ॥

महुए का पुष्प—बृंहणी, मधुर, भारी, वात और पित्तको शमन करनेवाला, हृदय को हितकारी, रुचिकारी और मुख को प्रिय है ॥ १७८ ॥

यह पुष्पाधिकार समाप्त हुआ ॥

अथ पल्लवः ॥

अथ तोरई ॥

कोशातकीवल्लिभवाग्रपल्लवाः
सुपीडितस्तक्रयुताः सुसम्भृताः ।
संभर्जिताः सैन्धवहिङ्गुनाधिके
तैलेऽति रुच्या बहुदृष्टिदायकाः ॥ १७६ ॥

कोशातकी (तोरई) की बेल के पत्तों को पिडित करके तक्र में मिलाके सैन्धव लवण और हींग सहित तैल में अच्छी तरह से भर्जित करे याने पक्व करे । तैल में पक्व यह तोरई के पत्ते बहुत रुचिकारक और दृष्टि (नजर) को बहुत लाभदायक होते हैं ॥ १७९ ॥

अथाम्रपल्लवः ॥

स्विन्ना निष्पीडिताः कामं कोकिलाहारपल्लवाः ।
घृतसिन्धूत्थसंसिद्धा रुच्या रामठवासिताः ॥ १८० ॥

अब पत्तों के शाक में पहले आमके पत्तों का शाक कहते हैं ॥

कोकिल के आहार के पल्लवों (आम के पत्तों) को जलमें स्विन्न करके (सिजोके) हाथों से खूब निचोड़ के घृत और सैन्धवलवण के साथ पक्व करे और हींग के सुगन्ध से सुगन्धित करे ॥ १८० ॥

सर्पिषा खण्डयुक्तेन तलयेदाम्रपल्लवम् ।
लवंगार्दकसंयुक्त मरुचौ रुचिकारकम् ॥ १८१ ॥

आम्र (आम) के पत्तों को खांड़ सहित घृत में तलकरके लवङ्ग और अदरख युक्त करे । यह अरुचि में रुचिकारक हैं ॥ १८१ ॥

अथ निम्बपल्लवः ॥

निम्बस्य कोमलतराणि दलानि भ्रष्ट्वा
स्वाज्ये क्षिपेत्तदनुसैन्धवयुक्ततक्राः ।
शालेयतण्डुलकणैः सह रामठेन
वाग्धारि तं ददति रोचनमेव लेह्यम् ॥ १८२ ॥

निंब (नीम) के कोमल २ कच्चे पत्तोंको अच्छे घृतमें भूनकर लवण सहित तक्रयुक्तकरे फिर शाली चांवल और हींग युक्तकरे । यह चाटने योग्य शाक मुख में रखतेही रोचन करताहै । याने रुचिको देताहै ॥ १८२ ॥

निम्बः शीतोलघुर्ग्राही दाहजित्त्वग्निकारकः ।
व्रणपित्तकफच्छर्दिकुष्ठहल्लासमेहनुत् ॥ १८३ ॥

इत्यादिपल्लवाधिकारः ॥

निम्ब-(नीम)-शीतल, हलका, ग्राही, दाह को जीतने वाला अग्निकारक व्रण-पित्त कफ और शर्दी और कुष्ट (कोढ) और हल्लास और प्रमेहको दूरकरै है १८३

यह शाकों में पल्लवों के शाक का अधिकार पूर्णहुआ ॥

अथ कदलीदण्डः ॥

वृन्तश्छिन्नः सलिलविधृतः कृत्ततन्तुप्रयत्नः
कम्बुभ्रान्त्या जलविरहितः क्षारजम्बीरपुष्टः ।
मध्ये मध्ये तनुशकलितश्चार्द्रकेनाथपूर्णः
स्वादुस्तूर्णं भवति सुतरां गर्भदण्डः कदल्याः ॥ १८४ ॥

केले के गर्भ के दंड के वृन्त को काटके-जलमें छोड़े फिर इसको काट के यत्न से तन्तुओं को निकाले फिर जल से अलग करे और लवण और जंबीर से युक्त करे फिर बीच २ से छोटे २ टुकड़े करके अदरख से युक्त करै । इस प्रकार बनाया हुआ कदली दंड बहुत स्वादु होत है ॥ १८४ ॥

योनिदोषहरो दण्डः कादल्यो सृगुदरंजयेत् ।
रक्तपित्तहरः शीतः सुरुच्योऽनलवर्द्धनः ॥ १८५ ॥

कदली का दण्ड-योनि के दोष को हरण कर्त्ता, रुधिर और उदर रोग को जीते है । रक्तपित्तको हरण करनेवाला, शीतल और बहुत रुचिकारक और अग्नि को बढाने वालाहै ॥ १८५ ॥

अथ ढेहिशाकम् ॥

संयुज्य तक्रेऽम्लतरे सुसिक्तं
प्रतप्तमाज्ये नवढेहिशाकम् ।

ससैन्धवं रामठदत्तवासं
खादन्नरो निन्दति व्यञ्जनानि ॥ १८६ ॥

नवीन ढेहि के शाक को पहले वहुत खट्टे तक्र में मिला के पचावे फिर सैन्धव लवण छोड़ के बहुत ताते घृतमें पचावे और रामठ (हींग) का सुगन्ध देवे। इस ढेही के शाक को खाता हुआ मनुष्य व्यंजनों की निन्दा करता है अर्थात् ढेही के शाक के सामने और व्यंजनों को अच्छा नहीं कहता ॥१८६॥

ढेहिका वातला रूक्षा शीता गुर्वी विषापहा।
सुस्विन्ना रोचनीहृद्या चास्विन्नाकण्ठकर्तरी ॥ १८७ ॥

ढेही—वातकर्ता, रूखी, ठंढी, भारी और जहर को दूर करने वाली है। यह अच्छी तरह से पचाई हुई रोचन और हृदयको हितकारी है। और वगैर पचाई कंठकर्तरी है ॥ १८७ ॥

अथ सार्षपः ॥

सार्षपः कोमलो दण्डः स्विन्नस्तक्रेणपिण्डितः
तप्ततैले सुहिङ्ग्वाढ्ये भर्जितः सैन्धवान्वितः ॥ १८८ ॥

सर्षप (सरसों) के कोमल दंड को स्विन्न करके (सिजोके) निचोड़ै फिर इस पिंडे को तक्र में छोड़ के हींग के साथ गरम किये हुये तैल में पचावे और सैन्धव लवण युक्त करे ॥ १८८ ॥

सार्षपी कन्दली सूक्ष्मा खण्डिता स्निग्धभाजने।
स्थापिता मण्डसहिता त्वथवा तण्डुलोदके ॥ १८९ ॥
सप्तरात्रात्परं चुक्रतुल्यं सम्यक् प्रजायते।
तत एव समाकृष्य तलयेद्वाप्रलेहयेत् ॥ १९० ॥
कापिकेति समाख्याता सूपधर्मोपजीवकैः।

सर्षप की कन्दली के छोटे २ टुकड़े करके मंडके अथवा चांवलों के जलके साथ चिकने बर्तनमें रक्खे। सात रात्रि के पीछे जब यह चुक्र के समान खट्टा हो जावे तब उस पात्र में से निकाल कर तले वा प्रलेह करे। इसको पाकके वैद्य कापिका कहते हैं ॥ १८९। १९० ॥

सार्षपं कटु तीक्ष्णोष्णं वातश्लेष्मव्रणापहम् ॥ २९१ ॥

कृमिकण्ड्वामयं दद्रुकुष्ठघ्नं रुचिकारकम् ।

सर्षप—कटु, तीक्ष्ण, गरम, वात, कफ और व्रण को हरण करने वाली कृमि, कंडु (खाज), आमय (आमवात), दद्रु (दाध), कुष्ट (कोढ) को नाश करने वाली और रुचिकारकहै ॥ १६१ ॥

अथ मूलकम् ॥

सपत्रं स्वेदितं तक्रे दण्डो मूलस्यसूक्ष्मकः ॥ १६२ ॥
घृते पक्त्वा सुहिङ्ग्वाढ्ये लवणेन विमिश्रितः ।

मूलक (मूली) के छोटे २ टुकड़ों को पत्तों के सहित तक्रमें पचाके हींग सहित घृत में पचावे फिर लवण युक्त करे ॥ १६२ ॥

सुरुच्यं मूलकं शाकं विष्टम्भी कफकारकम् ॥ १६३ ॥
वातपित्तहरं श्रेष्ठं तत्फलं तद्गुणावहम् ।

इति दण्डशाकम् ।

मूलक का शाक—रुचिकारक, विष्टम्भी, कफकारक, वातपित्त हर्ता और श्रेष्ठ है। और इस का फल में भी इसही के समानगुण हैं ॥ १६३ ॥

यह दण्डशाक विधि समाप्त हुई ॥

अथ कन्दम् ॥

कंदःकदल्या दलितो नितांतं
संस्वेदितो हिङ्गुघृतेन राद्धः ।
उद्धूलितः सैन्धवरेणुनायं ।
मरीचि संपर्कित एवरुच्यः ॥ १६४ ॥

कदली (केले) के कंद की खूब काट के सिजोवे फिर हींग सहित गरम किये घृत में रांधे । सैन्धव लवण और मरिच के चूर्ण से युक्त करे । यह मरीच के चूर्ण के मिलाने सेही रुचिकारक होताहै ॥ १६४ ॥

कदल्याः शीतलो बल्यः कंदः केश्योऽम्लपित्तजित् ।
वह्निकृद्दाह हारीच सुस्वादुरुचिकारकः ॥ १६५ ॥

कदली का कंद—शीतल, वलकारक, केशों को हितकारी, अम्लपित्त को

जीतने वाला, अग्नि को करने वाला, दाह को हरण करने वाला, सुस्वादु और रुचिकारक है ॥ १९५ ॥

अथ सूरणम् ॥

अम्लिकापत्रचूर्णेन मिश्रितेन जलेनवा ।
काञ्जिकेनाथवाक्काथ्य सूरणो रौद्रतां त्यजेत् ॥ १९६ ॥
दिग्धोवाह्लीकतोयैरजनिरसयुतैर्गोरसेसूर्यमेरोः
संक्षिप्योत्क्षिप्यपात्रे तिलरससहिते साधितः सैन्धवेन ।
यातःस्निग्धः सुगन्धिर्मरिचिपरिचितःपाकरागंदधानो
दुर्नामंहन्तिकन्दःसपदिमदयतेप्राशितोजाठराग्निम् ॥ १९७ ॥

इमली के पत्तों के चूर्ण से मिले हुये जलसे वा कांजी के जलसे सिजोया हुआ सूरण (जमींकंद) अपना कटुक आदि दोष को छोड़ताहै । पीछे हींग के जलसे लेप करे और हलदीका रस देवे और गोरस देवे फिर तिलों के तैल के सहित चिकने वरतन में भरके सूर्य के आतप में रक्खे और उठाता रहै, और लवण और सुगन्धि (एला आदि) और मरिच छौड़े । यह सूर्य के आतप में रक्खा हुआ जब पाक की रंगत को धारण करे तब खावे तो ववासीर को नाश करेहै और जाठराग्नि को वढ़ावे है ॥ १९६ । १९७ ॥

कन्दस्तूदरमृत्तिकाभिरहितः संवेष्टितो सौमृदा
कारीषानलपाचितस्त्वगयुतः क्षोदीकृतोमिश्रितः ।
शुद्धः सैन्धवतैलजीरकजरज्जंबीरनीरार्द्रके
र्जाड्यं पाण्डव खण्डतोपि हरते वह्नेरयं सूरणः ॥ १९८ ॥

कन्द (जमीकन्द) की मृत्तिका उतार के कपड़े से लपेट के ऊपर मृत्तिका का लेप करके छाणों की अग्नि में पचावे फिर इसके ऊपर के त्वक छिलके उतारके छौंदे (कूटे), फिर सैन्धव लवण, तैल, जीरा और पक्के हुये जंबीर का रस और अदरख से युक्त करे । यह सूरण बुझी हुई अग्नि को भी जगाताहै ॥ १९८ ॥

सूरणं कटुतैलेन तलित्वाम्लरसैः सह ।
शोषयेद्दसवाराद्धं यथाभोक्तुरभीप्सितम् ॥ १९९ ॥

सूरण को सर्षप के कडुवे तैल से खट्टे रस के साथ तलके जैसी भोजन करने वाले की इच्छा हो वैसेही वेसवार नामक मसाला डाल कर शुष्क करे वा सरस रक्खे ॥ १९९ ॥

मृल्लिप्तं सौरणं कन्दं पक्काग्नौ पुटपाकवत् ।
अद्यात्सतैललवणं रामठेनानुवासितम् ॥ २०० ॥

सूरण कंद को कपड़ मिट्टी करके पुटपाक की विधिसे अग्नि में पचावे फिर तैल में पक करके लवण छोड़ के हींग से सुगन्धित करके भोजन करे ॥२००॥

सूरणोऽग्निकरो रूक्षः कासार्शः कर्तनी लघुः ।
संधानयोगसंप्राप्तस्तदातिगुणकारकः ॥ २०१ ॥

सूरण—अग्निकर्ता, रूखा कास और मस्से को दूर करने वाला, कर्तन और हलका है। और यदि संधान की विधि से बनाया जाय तो बहुत गुणकारक होता है॥ २०१ ॥

अथमृणालः ॥

विशाङ्कुराभोक्तृयशोङ्कुरोत्थिताः
समाहृताःकृष्यजलादगाधतः ।
संकृत्तखण्डास्तनुतारकप्रभाः
प्रलेहयोगे सुधिया विपाचिताः ॥ २०२ ॥

भोक्ता के यश के अंकुर से उठे ऐसे कमल तन्तुओं को अगाध जल से निकाल कर छोटे २ ताराओं के समान अच्छी तरह खंड करके बुद्धिमान् पुरुष अपनी बुद्धि से प्रलेहयोग की विधि से पचावे ॥ २०२ ॥

मृणालं दुर्जरं शीतं पित्तघ्नं कफवातकृत् ।
कषायं मधुरं स्वादु विष्टम्भाध्मानकारकम् ॥ २०३ ॥

मृणाल (कमलतन्तु)—दुःख से जरने वाला, शीतल, पित्तनाशक, कफ और वात (बादी) कर्त्ता, कषाय, मधुर, स्वादु, विष्टम्भ और आध्मान रोग को करने वाला है ॥ २०३ ॥

संख्यानन्ता कति कति नते शाकपाक प्रभेदाः
किंतैरुक्तैरहितविरसैरल्पसत्त्वप्रदुष्टैः ।

मूलं पत्रं कुसुममथवा पल्लवं वा फलं वा
भक्त्या राद्धं भवति चतुरैः सर्वमेवातिरुच्यम् ॥ २०४ ॥

शाकों की संख्या अनन्तहैं, और उनमें से हरएक शाकके बनाने के भेद भी अनन्तहैं । परन्तु जे अहित (हितकारी नहीं) और विरस (बे स्वादवाले) और थोड़े सरसवाले और दूषितहैं उन शाकों के कहने से क्या प्रयोजनहै । हां चतुर मनुष्य भक्तिसे मूल, पत्र, पुष्प, फल और कन्द आदिका जो शाक बनाते हैं वे सम्पूर्ण गुणकारक और रुचिकारक होते हैं ॥ २०४ ॥

अतिजीर्णमकालोत्थं रूक्षसिद्धमभूमिजम् ।
जरठं कोमलं चातिशीतव्यालादिदूषितम् ॥ २०५ ॥
तत्सर्वं वर्जयेन्नित्यं भिषजाहितकारिणा ।
सुशुष्कं सकलं शाकं नाश्नीयान्मूलकैर्विना ॥ २०६ ॥

बहुत जीर्ण (पुराना) अकालोत्थ (बे समय में पैदाहुआ) रूखा पचाया हुआ, खराब भूमिमें पैदाहुआ, जरठ (जरडा), बहुत कोमल, शीत (दावा) से दूषित अर्थात् बहुत ठण्ढ से बिगड़ा हुआ, और व्याल (सर्प आदि) विषवाले जन्तुओं से दूषित, ऐसे सम्पूर्ण शाकों को हित करनेवाला वैद्य न खावे और न औरों को खाने देवे और मूली को छोड़के अच्छी तरह से सूखेहुए सब शाकों को न खावे । अर्थात् मूलक (मूलीका शाक) सूखाहुआ भी खावे परन्तु और किसीके सूखे शाकको न खावे ॥ २०५ । २०६ ॥

सर्वशाकमचाक्षुष्यमसात्मीयमपौरुषम् ।
विना पटोलवास्तूककाकमाचीपुनर्नवाः ॥ २०७ ॥

पटोलपत्र, बथुआ, मकोय और शाटीको छोड़के सम्पूर्ण शाकमात्र—नेत्रों को हितकारी अपथ्य और पुरुषार्थ से हीन हैं ॥ २०७ ॥

सर्वासां शाकजातीनां प्रकारः कथितो मया ।
सन्धानवटकादीनामुच्यते तदनन्तरम् ॥ २०८ ॥

इति श्रीनरवैद्यमन्मथात्मजक्षेमशर्मविनिर्मितेक्षेमकुतूहलेग्रन्थे
षड्विधशाकप्रशंसनोनामाष्टमोत्सवः ॥ ८ ॥

मैंने (क्षेमशर्माचार्यने) संपूर्ण शाकजातिका बनाने का प्रकार कहा अब इसके पीछे संधान वटक आदिकों का प्रकार कहताहूं ॥ २०८ ॥

इति श्रीसिद्धान्तवागीशमाधवपुरोहितविनिर्मितभाषाटीकाक्षेमकुतूहल नामक पाकशास्त्रकाछःप्रकारके शाकोंकाप्रशंसननामकआठवांउत्सव समाप्त हुआ ॥ ८ ॥

अथ संधानकम् ॥

राजिकाजीरलवणानिशाख्ये कटुतैलके ।
फलं मूलं च पुष्पं च घर्मे स्थाप्यं दिनत्रयम् ॥ १ ॥
ततश्चाम्लतरं जातं शीघ्रसंधानकं स्मृतम् ।
निम्बाम्रबिम्बीवार्ताकमार्द्रकं त्रपुषीफलम् ॥ २ ॥
कूष्माण्डबिल्वमरिचं पिप्पलीविश्वटिण्टुकम् ।
सूरणं कदलीकन्दो मूलकं वंशजाङ्कुरम् ॥ ३ ॥
इत्यादिवस्तुजातीनां संधेयं सूपकर्मणा ।
वार्ताकं ते॒ सुस्वेद्य संधेयं सुखदायकम् ॥ ४ ॥
एवं निम्बादिकं सर्वं कटुतैले विनिःक्षिपेत् ।
स्थापयेद्वर्षमात्रं तु तदूर्ध्वं नैव युज्यते ॥ ५ ॥

राई, जीरा, लवण और हल्दी के साथ कडुये तैल में फल, मूल और पुष्पों को छोड़ के तीन दिन पर्यन्त आतप में रक्खे। तीन दिन के पीछे यह बहुत खट्टा होजावेगा। इसको शीघ्र संधान (जल्दी गालनेवाला) कहते हैं। फिर इसमें पाकाचार्य, निम्बू, आम्र, बिम्बी (कंदूरी), वृन्ताक, अदरख, त्रपुषी-फल (तेवरसी), कूष्मांड (पेठा व कोहला), बिल्व, मरिच, पीपल, विश्व (सूंठ), टिंटुक (अरलु), सूरण (जमींकंद), केलाकन्द, मूलक (मूली) और वंशके अंकुर, इत्यादि वस्तुजाति को संधान करे अर्थात् उस शीघ्र संधान में छोड़ के अथाणा करे। इनमें सुखदायक बैंगन को सेकके छोड़े। ऐसेही संपूर्ण निंबु आदिकों को कडुये तैल में छोड़ै। और इनको एक वर्षपर्यन्त रक्खे अर्थात् एक वर्षपर्यन्त यह संपूर्ण शाकजातीय पदार्थ खाने के योग्य रहते हैं। एक वर्ष

के बाद यह खाने के लायक नहीं रहते । इस कारण एक वर्षसे अधिक न रक्खे ॥ १।२।३।४।५॥

अथ लवासंधानकम् ॥

लावका मत्स्यखण्डा वा स्वेदयेदिक्षुजे रसे ।
कृत्वाफाणितमध्ये तु तैले वा सर्षपोद्भवे ॥ ६ ॥
स्थापिताः सर्वकालं हि तिष्ठन्ति वै हि तादृशाः ।

लावक (लवा तीतरजाती) अथवा मांस के टुकड़े इनको इक्षुरस (सांठों) के रसमें पचाके गुड़की राबमें अथवा सर्षप के कडुवे तैल में स्थापन करे । यह तैल आदि में रखने से जैसे के तैसे रहते हैं ॥ ६ ॥

अथ तित्तिरिसन्धानम् ॥

स्वेद्यं निर्गाल्य ते दध्नि तैले पक्का तु तित्तिरिम् ॥ ७ ॥
तदेव तैलसंयुक्तं निम्बुकस्य रसे न्यसेत् ।

तित्तिरको दधि में स्वेदन करके अथवा गाल के तैल में पक्क करे फिर उसही तैल के सहित निंवु के रस में छोड़ै ॥ ७ ॥

अथ वाराहव्रघ्नसन्धानम् ॥

वाराहाजिनमुद्धृत्य निशाराजिकसैन्धवैः ॥ ८ ॥
सर्वधर्मैतिसंशुष्कं क्षालितं हिङ्गुसंयुतम् ।
सनिम्बुकरसं शुष्कं क्षिपेत्तैले सनिम्बुके ॥ ९ ॥

वाराह (सूकर) के अजिन को उतार के हल्दी, राई और सैन्धव लवण मिलाके आतप में रखके सुखावे और धोवे फिर हींग और निंबु का रस मिला के शुष्क करे, फिर इस वाराहव्रघ्नको निंबुओं के सहित तैलमें छोड़ै ॥ ८।९॥

अथ मत्स्यसंधानकम् ॥

खण्डा मत्स्यस्य तैलेन सुपक्काः कोष्ठसम्भवाः ।
स्थापिताः सार्षपे तैले सदा तिष्ठन्ति तादृशाः ॥ १० ॥
सर्वं पित्तकरं प्रोक्तं संधानं रुचिकारकम् ।
वातहृद्वस्तुभेदाच्च संविचार्यगुणागुणम् ॥ ११ ॥

मत्स्य के उदर के खण्डों को तैल में पक्क करके सर्षप के तैल में छोड़े। यह सदा जैसे के तैसे रहते हैं। यह संपूर्ण संधान पित्तकर्ता कहे हैं और रुचिकारक हैं। और वायु को हरण करनेवाले हैं। और सूपकार वस्तु के भेद से गुणागुण (गुण और दोष) का अच्छी तरह विचार करे ॥ १० । ११ ॥

अथ वटिकावटकप्रकारः ॥

अथ पिष्टशुष्कवटी ॥

तप्ततैले विनिःक्षिप्य वटिकामाषपिष्टजां।
तलिता तक्रसिक्ता च शुष्कं कृत्वा प्रचालिता ॥ १२ ॥
अथवा क्वथिते तक्रे सर्वोपस्करसंयुते।
मांसप्रलेहवत्पाच्या वटी पिष्टसमुद्भवा ॥ १३ ॥

उड़दोंकी पिठी से बनाये हुए बड़ों को ताते तैल में छोड़ कर तले और तक्र से सींचे फिर सुखाके दंड आदि से चलावे। अथवा संपूर्ण उपस्कर (मसाला आदि) के सहित औटाये हुए तक्र में पिट्ठी से बनाये हुए बड़ोंको पहले कही हुई मांस प्रलेहकी तरह पचावे ॥ १२ । १३ ॥

अथार्द्रपिष्टवटी ॥

तैले पक्का वटीं तप्ते रन्धयेद्वेषवारकैः।
सर्वद्रव्यसमायुक्तैर्वटीतुल्यं च रन्धयेत् ॥ १४ ॥

तप्त (ताते) तैल में वटी (बड़े-पकौड़ी) को पक्क करके संपूर्ण द्रव्यों के सहित वेषवार के साथ रांधे ॥ १४ ॥

अथ धूमांसीवटिका ॥

धूमांसीवटिकाप्येवं स्थूला तैलेन पाचिता।
मेलिता संस्कृते तक्रे क्वथिते च मनोरमे ॥ १५ ॥

---

१ उड़द की दाल को जलमें भिगोयदे जब भीग जावे तब उसको जलमें धोयके छिलके निकाल डाले, और उसको सिलल्लोढ़े से बारीक पीसलेवे और मसाला मिलाय देवे इसको सूपकार संस्कृत में पिष्टिका और भाषा में पिट्ठी कहते हैं। उड़द पिट्ठी में लवण मरिच अदरख आदि मिलायके कपड़े के ऊपर बड़ी तोड़ देवे। जब सूखजावे तब ऊपर से उतारले। इसको माषपिष्टजवटिका (बड़ी) कहते हैं। ऐसेही मूंग, चौला आदिकी भी बड़ी बनती हैं ॥

ऐसेही मोटी धूमांसी वटिका (वड़ी) को भी तैल में पचावे और मसाले सहित सुन्दर औटाये हुए तक्र में मिलावे ॥ १५ ॥

माषस्य वटिका हृद्या बल्या पुष्टिप्रदायिनी ।
वातहृच्छुक्रला सा च तलिताथ प्रलेहिता ॥ १६ ॥

तलित वा प्रलेहित माष (उड़द) की वटिका-हृदय को हितकारी, बलकारी, पुष्टिकर्ता, वायुहर्ता और शुक्र को पैदा करनेवाली है ॥ १६ ॥

अथ माषपिष्टेण्डरी ॥

माषस्येण्डरिकां कृत्वा खण्डशः सैन्धवान्विताम् ।
रन्धयेद्वेषवारेण तैले पक्वावतारयेत् ॥ १७ ॥

माष (उड़द) की इंडरिका (वड़ी) वनाने की विधि कहते हैं ॥

उड़द के चूर्ण में लवण मिलाय उसमें जल मिलाके वेषवार नामक मसाले के साथ रांधे और तैल में पक्व करके उतार ले। अथवा 'तैले पक्त्वावटीसमा' ऐसा पाठ जहां है वहां सैन्धव लवण और वेषवार नामक मसाला माषपिष्टी में मिलाय वड़ी वनाय तैल में वटी के समान पक्व करे ॥ १७ ॥

इण्डरी शुक्रदा बल्या रुच्या विष्टम्भकारिणी ।
कफवातहरा प्रोक्ता माषपिष्टभवेण्डरी ॥ १८ ॥
मुद्गपिष्टकयाप्येवं विधाय वटिका वटी ।
तप्ततैले वेषवारसंयुक्ते रन्धयेद्वटीम् ॥ १९ ॥

इंडरी-शुक्रकरनेवाली, बलकरनेवाली, रुचि करनेवाली और विष्टम्भकारिणी है। माष (उड़दों) की पिट्ठी से वनी हुई इंडरीका, कफ और वात (वायु) को हरण करनेवाली कही है। ऐसेही मूंगों की पिट्ठी से वटिका और वटी वना के वेषवार नामक मसाले के साथ गरम तैल में पक्व करे ॥ १८ । १९ ॥

अथ मुद्गेण्डरी ॥

वाह्लीकजीरकत्वचार्द्रकपूर्णगर्भा
वाह्येनजातपचना नवमुद्गपिण्डा ।

१ "वटीसमा" इति पाठान्तरम् । २ "नवार्द्रकपूर्णगर्भा" इति पाठान्तरम् ॥

चूर्णीकृता सुरभिहिङ्गुकृताधिवासा
मन्दानलस्य रुचिदा न भवेत्तु कस्य ॥ २० ॥

मूंग की पिट्ठी से बनाई बड़ी को तैल अथवा घृत में ऐसी पचावे कि बाहर की तरफ़ से पचजावे फिर हाथों से उनका चूर्ण करे, फिर इसमें हींग, जीरा, तज और अदरख मिलावे फिर इसके गोल गोल पिण्डे बनावे और भीतर सुगन्धित पदार्थ एला हींग आदि भरके तैल वा घृत में पक्करे। यह मन्दाग्नि वाले को भी रुचिकारक होते हैं, फिर किस को रुचिकर्त्ता न होंगे, अर्थात् यह सबों को रुचिकारी होते हैं ॥ २० ॥

मुद्गस्य बहुधा भक्ष्याः शीतला लघुपाचकाः ।
त्रिदोषशमनाः प्रोक्ता रुच्याः संस्कारयोगतः ॥ २१ ॥

मूंग के कई प्रकार के भक्ष्य पदार्थ होते हैं, वे सम्पूर्ण शीतल और हलके हैं। तथा संस्कार के योग से त्रिदोष को शान्त करनेवाले और रुचिकारक कहे हैं ॥ २१ ॥

अथालीकमत्स्येण्डरी ॥

नागवल्लीदलं ग्राह्यं वेसवारेण लेपितम् ।
माषपिष्टकया लिप्तं संप्रसार्य समावृतम् ॥ २२ ॥
स्विन्नमाखण्डितं[1] तैले भृष्टं हिङ्गुसमन्वितम् ।
रन्धयेद्वेसवाराम्लैरलीकामत्स्यका इमे ॥ २३ ॥

नागवल्लीदल (नागरबेल के साबत पान) को लेके वेसवार (मसाले) से लेपकरे और मूंगों की पिट्ठी से लेप करे फिर मसाले आदि से लिपटे हुये इन पानों को तैल से पूर्ण कड़ाही में अच्छी तरह से फैला के सेक लेवे फिर उतार के इन को छुरी आदि से काटके हींग मिलायके फिर वेसवार और अम्ल (खट्टे) पदार्थ के साथ रांधे। इन को सूपकार अलीक मत्स्य कहते हैं ॥ २२ । २३ ॥

अलीकमत्स्यका रुच्या बल्या वृष्यातिपुष्टिदाः ।
वातहृच्छुक्रदाः प्रोक्ताः किञ्चित्पित्तप्रकोपकाः २४ ॥

---

१ "स्विन्नमांसेडितं" इति पाठान्तरम् । ऐसे पाठ में सिजोयेहुए मांस से इडित (युक्त) करे एसा अर्थ होगा ॥

अलीकमत्स्य—रुचिकारी, बलकारी, वृष्य और बहुत पुष्टि को देनेवाले, तथा वायु को हरण करनेवाले और शुक्र (वीर्य) को देनेवाले हैं । और कुछ पित्त को प्रकुपित करनेवाले कहे हैं ॥ २४ ॥

अथ वेसनम् ॥

आलोड्य वेसनं तोये क्वाथयेद्धिङ्गुनायुते ।
पाके घनत्वं विज्ञाय तदुत्तार्य समे क्षिपेत् ॥ २५ ॥
पीठे हस्ततलाघातैरिदंचपटयेत्ततः ।
अलीककन्दखण्डाख्यं खण्डितंदीर्घसूक्ष्मकम् ॥ २६ ॥
टिण्टीबिम्बीफलाकारं कारयेद्बहुधाप्यिदम् ।
तप्ततैले ततः पाच्यं रन्धयेद्वेसवारितम् ॥ २७ ॥
शुष्कं प्रलेहितं वापि वटिकैवप्रपाचयेत् ।

जल में वेसन को घोलके हींग मिलाके क्वाथ करे जब गाढा होजावे तब उतारके समानपीठ (एकसार चौरस पात्र) में छोड़े फिर इसको हाथों के तलों से उस पीठ पर फैलावे, फिर लम्बे लम्बे छोटे टिण्टी—बिम्बी फलों के आकार छुरी आदि से काटे । यह अलीककन्दखण्ड कई प्रकार के काट के बनावें । फिर ताते तैल में पचावे और वेसवारके साथ रांधे । इन अलीककन्द खण्डों को वटिका की तरह शुष्क अथवा प्रलेहित (झोलीदार) पचावे ॥ २५ । २६ । २७ ॥

अथ पक्ववटी ॥

तोयेन वेसनं लोड्य हिङ्गुना सह माथितम् ॥ २८ ॥
तप्ततैले प्रदातव्या दध्यामलकमात्रया ।
वेसवारयुते तक्रे क्वथिते वेसनान्विते ॥ २९ ॥
तत्र ता वटिकाः क्षिप्त्वा नाम्ना पक्ववटी स्मृता ।

जल से वेसन को घोल के हींग के साथ मथै । फिर इसकी आमलक (आमले) के बराबर छोटी छोटी वटी बनाके गरमतैल में छोड़ के पचावे

१ छिलकों रहित चनों की दाल को चक्की में पीसे उस चून को वेसन कहते हैं ॥

फिर बेसन और बेसवार सहित औटाये हुये तक्रमें उन वटिकाओं को छोड़े। यह नाम से पक्ववटी कही हैं ॥ २८ । २६ ॥

आह्लादिका मृगदृशां मृदुना करेण
स्पष्टस्वरैरपिविलोलितसर्वगात्रा।
स्नेहाधिका सुमधुरारुणसर्वदेहा
नीराहरातिरुचिकारवटी चचेटी ॥ ३० ॥

हरिण जैसे नेत्रवाली स्त्रियों के कोमल कर से आह्लादिका और स्पष्टस्वरों से हलाई हुई और अधिक स्नेहवाली अत्यन्त मधुर और अरुण (गुलाबी) हैं सम्पूर्ण देही जिनकी ऐसी नीर (जल) को हरण करनेवाली अत्यन्त रुचिको करनेवाली चचेटी वटी कही हैं। अर्थात् जल से बेसन को आलोडन करके उसमें हींग मरिच लवण आदि मिलायके इसकी छोटी छोटी वटी बनायके उन वटियों को बहुत से स्नेह में ऐसी पचावे कि गुलाबी रंग होजावे और इन में जल न रहै। यह रुचिकरनेवाली वटी होती हैं और इनको चचेटी वटी कहते हैं ॥ ३० ॥

चाणकः कृतसंस्कारः कफघ्नो लघुदीपनः।
शीतलो रूक्षविष्टम्भी वातकृत्पुंस्त्वनाशनः ॥ ३१ ॥

संस्कार किया हुआ चनों का भक्ष्य, कफनाशक, हलका, दीपन, शीतल, रूक्ष, विष्टम्भी, वायुकर्त्ता और पुरुषपने को नाश करनेवाले कहे हैं ॥ ३१ ॥

अथ वटकप्रकारः ॥

माषपिष्टकया कृत्वा बृंहतो वटकास्ततः।
अनल्पतैलसंपक्का मेलिता घोलके रसे[1] ॥ ३२ ॥

उड़दों की पिट्ठी से वटक (बड़े) बना के बहुत से तैल में पक्क करके घोलक के रस में याने दही के घोल में मिलावे ॥ ३२ ॥

मरिचार्द्रकजीरकसैन्धव-
त्वचबाह्लीकनितान्तमिश्रिताः।

१ " मेलितामलके रसे " इति पाठान्तरम्। इस पाठान्तर में आमलक (आमलों) के रस में मिलावे ऐसा अर्थ होगा। इस प्रकार घोल बड़े और आमलों के बड़े ये दो प्रकार के बड़े हुये।

तलितास्तिलतैलमध्यगाः
प्रभृताः कोरवटा रुचिप्रदाः ॥ ३३ ॥

मरिच, अदरख, जीरा, सैन्धव लवण, तज और हींग से खूब मिले हुये और तिलों के तैल में तलेहुये उड़द आदिकी पिट्ठी के गरम गरम कोर वड़े, रुचि को देनेवाले होते हैं ॥ ३३ ॥

अथ भीमवटकः ॥

हिङ्ग्वाजीराम्रचूर्णैस्त्वचमरिचयुतैरार्द्रकैः पूर्णगर्भः
स्निग्धस्तब्धः स्वरूपः परिमलबहुलः कोमलः कुङ्कुमाभः ।
भग्नोदन्तान्तराले मुरुमुरुलवोल्लापको व्यक्तशब्दः
सो धन्यानां मुखेषु प्रविशति वटको भीमयोगेनसिद्धः ३४ ॥

हींग, जीरा, आम्रचूर्ण (अमचूर), तज, मरिच और अदरख से भरा है गर्भ जिसका और अस्निग्ध और स्तब्ध स्वरूप (करड़ापने को प्राप्त) एला लवंग आदि सुगन्धित द्रव्यों से बहुत सुगन्धित और कोमल और केसर के रंग पक्व और दांतों के बीच में रखकर तोड़ने से याने खाने से मुरुमुरु (मुर्र मुर्र) ऐसा व्यक्त शब्द करनेवाला और भीमयोग से सिद्ध ऐसा जो वटक (बड़ा) वह धन्यों के मुख में प्रवेश करताहै । अर्थात् ऊपर कहे हींग आदि से युक्त और एला आदि से सुगन्धित और घृत वा तैल में केसरके रंग पक्व किया हुआ और खाने के समय मुर्रमुर्र बोलनेवाला ऐसा बड़ा भाग्यियों को मिलताहै ॥ ३४ ॥

बल्यो वातहरः प्रोक्तो[१] वटो विष्टम्भपित्तकृत् ।
आह्लादजननः प्रोक्तो दाहकारी तृषाकरः ॥ ३५ ॥

बड़ा—बलकर्ता, वातहर्ता, विष्टम्भ और पित्तकर्ता, आह्लाद को पैदा करनेवाला, दाहकारी और तृष्णा (प्यास) को करनेवाला कहाहै ॥ ३५ ॥

अथ घोलवटकः ॥

आभैरवं प्रचुरसैन्धवभृङ्गबेर-
बाह्लीकजीरमरिचैर्मिलितोक्तभागैः ।

१ " कोरो, इति पाठान्तरम् । यहां कोर से कोर बड़ा लेना चाहिये ।

संस्थापितःसुरभिणो मथितस्य मध्ये
कस्येति घोलवटको रुचिसंप्रदोऽस्ति ॥ ३६ ॥

पहले कहीहुई मात्रा के तुल्य सैन्धवलवण, अदरख, हींग, जीरा, और मरिच से युक्त और खूब तलेहुये और सुगन्धवान् मथित (दही के घोल) के बीच में रक्खे हुये ऐसे घोल के वड़े किसको अरुचि करनेवाले हैं । अर्थात् सबों को प्रिय हैं ॥ ३६ ॥

माषस्य वटको हृद्यो बल्यो शुक्रकरो गुरुः ।
विष्टम्भी घोलसंयुक्तो विदाही पवनापहः ॥ ३७ ॥

उड़द का वड़ा—हृदय को हितकारी, वलकारी, वीर्यकर्ता, भारी, और विष्टम्भी है । और घोल सहित वड़ा अर्थात् घोल वड़ा विदाही और वात को दूर करनेवाला कहाहै ॥ ३७ ॥

अथ कथितवटाः ॥

सधान्यं वेसनं तक्रं वस्त्रे निर्गाल्य क्राथयेत् ।
ततः शुण्ठी सजीरं च हिङ्गुनिःक्षिप्य साधितम् ॥ ३८ ॥
कथिताख्यमिदं प्रोक्तं वटाः स्युस्तेन संयुताः ।

धनियां, वेसन और तक्र को मिलाय कपड़े में छान कर इसको औटावे फिर इसमें शुण्ठी, जीरा और हींग छोड़कर पचावे इसको कथित कहते हैं फिर इसमें वड़े मिलावे । इनको कथितवड़े कहते हैं ॥ ३८ ॥

अथाम्लवटकाः ॥

अजाजीवाह्लीकार्द्रकमरिचसिन्धूत्थभरितः
सुपाकः सुस्वादुर्दधिमथितदालीविरचितः ।
कृतैलासंवासः क्वथितव्युषिते स्वैरसुषितो
विहंतायं साक्षादुपचितरुजामम्लवटकः ॥ ३९ ॥

उरद आदिकी दाल को दही में मथ के पिट्ठी करके उसमें जीरा, हींग, अदरख, मरिच और लवण मिलाके एला आदि से सुगन्धित करके इसके वड़े बना के उनको तैल अथवा घृत में अच्छी रीति से पचावे, फिर इनको पहले

कही हुई कथित में याने कढी में छोड़े। यह अम्लवटक उपचित रोगों को साक्षात् विहंता (नाशकरनेवाला) है ॥ ३९ ॥

कथितायां परिक्षिप्तो वटको रुचिकारकः ।
विष्टम्भ जननो दृष्टिनाशनो रक्तपित्तकृत् ॥ ४० ॥

कथित (कढी) में छोड़ाहुआ वटक रुचिकारक होताहै । और विष्टम्भजनक, दृष्टि (निगाह) को हानि कारक, और रक्तपित्तको करताहै ॥ ४० ॥

अथ काञ्जिकवटकाः ॥

नूतना मन्थिनी यत्नात्कटुतैलेन मार्जिता ।
शमठेन ततो धूमं दद्यात्तक्रं ततः क्षिपेत् ॥ ४१ ॥
पल्वलेनाम्बुनापूर्य क्षिपेत्तस्यां सुचूर्णकम् ।
राजिकाजीरलवणहिङ्गुशुण्ठीसमन्वितम् ॥ ४२ ॥
काणिक्यां पिण्डिकां चैव ततस्तां वासरद्वयम् ।
आतपे स्थापयेत्पश्चाद्वटिकां तत्रनिःक्षिपेत् ॥ ४३ ॥
ततो दिनत्रयादूर्द्धं स्फुरदम्लवटा ध्रुवम् ।
राजिका वटकाः कैश्चित्कथ्यन्तेऽथ तुपाम्बुकाः ॥ ४४ ॥

एक नवीन मंथिनी (मिट्टी की गगरी)लेकर उसको यत्न से कडुये सर्षप के तैल से मार्जन करे अर्थात् लेप करे, फिर हींग से धूम देवे, फिर उसमें तक्र छोड़े फिर छोटे सरोवर के स्वच्छ जल से पूर्णकरे; फिर उसमें राजिका (राई), जीरा, लवण, हींग, शुंठी का महीन चूर्ण करके छोड़े और काणिक्या और पिंडिका कोभी छोड़े, फिर उसको दोदिन पर्यन्त आतप (घाम) में रक्खे । फिर उस में वटिका (वड़ी) को छोड़े । तीन दिनके पीछे यह निश्चयकरके स्फुरत् अम्लवट (खट्टेवड़े) होते हैं। कोई क आचार्य राजिकवड़े कहते हैं और तुपाम्बुक (कांजी वड़े) कहते हैं ॥ ४१ । ४२ । ४३ । ४४ ॥

वाह्लीकधूमाकुलपात्रमध्ये
सराजिके वारिकरेदनीयः ।

तत्रारनालोदरपूर्णवर्ती

स राजिको यद्वटकःपटीयान् ॥ ४५ ॥

हींग की धूम से पूर्ण ऐसे पात्र में राई के सहित जल छोड़े फिर उस आरनाल (तुषरहित आम्र और गोधूम) से पूर्ण ऐसे बड़े छोड़े । यह राजिक बड़े होते हैं ॥ ४५ ॥

तुषाम्बुवटको हृद्यो वातजिद्रुचिकारकः ।

रक्तपित्तकरश्चोष्णस्त्वहितश्चक्षुरोगिणाम् ॥ ४६ ॥

तुषाम्बुवटक (कांजीबड़े)–हृदय को हितकारी, वातनाशक, रुचि कारक, रक्तपित्तकर्ता और गरम है । और नेत्र रोगियों को हानि कारकहै ॥ ४६ ॥

अथाश्चर्यवटकः ॥

कणागोधूमानामपगततुषाणां सुरभिते

जले बध्वा वस्त्रे परिलघुनि दद्याद्दिनयुगम् ।

ततस्तोये तस्मिन् लवणमुखकुक्षिंभरियम्

स्थितः पक्षं यावद्भवति रुचिदाश्चर्यवटकः ॥ ४७ ॥

तुष रहित कणा (पिप्पली) और गोधूमों के सुगन्धित जल में बहुत छोटे वस्त्र में बड़ों को बांध के दो दिन पर्यन्त रक्खे । फिर लवण से भरे उस जल में इन बड़ों को पन्द्रह दिन पर्यन्त रक्खे । यह आश्चर्य वटक रुचि कारक होते हैं ॥ ४७ ॥

आश्चर्यवटकाश्चर्यकारको रुचिकारकः ।

वातहृज्जावकः सद्यः पित्तकृच्छोफकारकः ॥ ४८ ॥

आश्चर्यवटक–आश्चर्यकारक, रुचिकारक, वातहर्ता, जावक, और तुरंत पित्तकर्ता और शोफ कारकहै ॥ ४८ ॥

अथ चिञ्चावटकः ॥

तैलविपक्को चिञ्चाजलगुडगलितोमरीचिसंपृक्तः ।

प्रविशति चिञ्चावटकः सुकृतिनमेवाननं रुचिदः ॥ ४९ ॥

१ 'यच्चानिस्तुषीकृतैः आम्रैर्गोधूमैः संहितं तदारनाल मुच्यते, । उक्तंच ," आरनालस्तु गोधूमैरामैःस्यान्निस्तुषीकृतैः । पक्कैर्वासन्धितं तत्तु सौवीरसदृशं गुणैः ॥

तैल में पक्क बड़ों को चिंचा (इमली और गुड के जल में छोड़ के मरिच मिलावे । यह चिंचा वटक (इमली के बड़े) मुख में धरते ही रुचिको करते हैं ॥ ४९ ॥

चिञ्चेयवटकस्त्वम्लो पित्तकृद्रुचिकारकः ।
मधुरो वातकृद्बल्यः पित्तकृच्छोफकृत्सरः ॥ ५० ॥

इमली के बड़े– खट्टे, पित्तकारक, रुचिकारक, मधुर, वातकर्ता, बलकर्ता शोफकारक और दस्तावरहैं ॥ ५० ॥

अथ ध्वंसीवटी ॥

माषस्य क्षालिता दाली सुशुष्का यन्त्रपेषिता ।
तस्याः स्थूलवटी तैलपक्वाचाम्लकमात्रया ॥ ५१ ॥
हिङ्गुना धूपिते तक्रे नव्यपात्रे सुसंस्थिते ।
तत्र ता वटिकाः क्षिप्त्वा सतक्रे परिवेषिताः ॥ ५२ ॥
नाम्नाध्वंसवटी ख्याता कैश्चित्पुष्पवटी स्मृता ।

उरदों की दाल को अच्छी तरह सुखाके यंत्रमें पीसकर उसकी मोटी २ बड़ी बनाके मात्राके अनुकूल खटाई मिलाके तैल में पक्करे फिर हींगसे धूप दियेहुये और नवीन पात्र में स्थित ऐसे तक्र में उन बड़ियों को छोड़ै और तक्र के सहित परिवेपित करे याने एक दिनरक्खे । यह ध्वंस बड़ी के नाम से प्रसिद्ध हैं । और कोई २ पुष्पवटी कहते हैं ॥ ५१ । ५२ ॥

वाह्लीकार्द्रकजीरकोषणगणैःप्रत्येकसाद्धीकृतै–
र्गन्धक्षन्तिशतपत्रपुष्पलघुतां ध्वांसीवटी पूरिता ।
तक्रे हिङ्गुकधूपधूमकलुषे सम्यक् स्नुता पाण्डुरा
मुक्तीच्छोरपि सौरभेण नयति जिह्वालतालोलताम् ॥ ५३ ॥

हींग, अदरख, जीरा और कालीमरिच इनके चूर्णसे और शौंफ से ध्वांसी वटी को पूरित करके हींगकी धूपकी धूआं से मैले ऐसे तक्र में छोड़ के अच्छी तरह से मिलावे। इस पांडु वर्ण ध्वांसी वटी के सुगन्ध से मुक्ति की इच्छा करने वालाभी जिह्वारुपी बेलकी चचलता को प्राप्त करता है ॥ ५३ ॥

अथ धूमांसी वटी ॥

धूमांसी वटिका हृद्या रुच्या मृद्धीबलप्रदा ।
वातहा पुष्टिदा लघ्वी शीघ्रशुक्रप्रदायिनी ॥ ५४ ॥
माषमुद्गादिपिष्टोत्था वटिका वटकादयः ।
स्वनिमित्तगुणाः सर्वे ज्ञातव्याः कथिता बुधैः ॥ ५५ ॥
सन्धानवटकादीनां निर्माणः कथितो मया ।
अथ पक्वान्नजातीनां वक्ष्येऽहं विस्तराद्विधिम् ॥ ५६ ॥
इति श्रीनरवैद्यमन्मथात्मजक्षेमशर्मविनिर्मितेक्षेमकुतूहले
ग्रन्थेपिष्टान्नकृतप्रकारप्रशंसनोनामनवमोत्सवः ॥ ९ ॥

धूमांसी वटिका—हृदयको हितकारी, रुचिकर्ता, कोमल, बलदायक, वात, नाशक, पुष्टिकारक, हलकी और शीघ्र (जल्दी) वीर्यको पैदा करनेवाली है। उरद–मूंग आदि की पीठी से बनाई हुई वटिका और वटक आदि अपने २ गुणों को करनेवाली जाननी चाहिये। यह पंडितों ने कहाहै। मैं क्षेमशर्माचार्य–संधान वटिका आदिकों का निर्माण (बनानेकी रीति) कहा। अब इसके पीछे पक्वान्न जाती की विधिको विस्तार से कहताहूं ॥ ५४ । ५५ । ५६ ॥

इति श्रीसिद्धान्तवागीशमाधवपुरोहितवि.निर्मितक्षेमकुतूहलनामकपाकशास्त्रकी भाषाटीकामेंपिष्टान्नकृतप्रशंसननामनवमउत्सवपूर्णहुआ ॥ ९ ॥

अथ फेणिका ॥

घृतेन मोदयित्वाथ दधिं दत्वा च मर्दयेत् ।
कणिक्यावर्तिकाः कुर्याद्वितस्ताः पीठिकावधिः ॥ १ ॥
नवनीतयुतैः पिष्टैस्तन्दुलानां च ता लपेत् ।
पश्चात्ताः पटवद्वेष्ट्या स्वयं वृन्तेन छेदयेत् ॥ २ ॥
द्विधा एकैकखण्डेन संप्रसार्यन्ति नैपुणाः ।
सा च सर्पिषि संपक्वा मृद्वी पुटवती स्मृता ॥ ३ ॥

१ 'शुष्क गोधूमचूर्णन्तु कणिकया समुदाहृता,। अर्थ–सूखे गेहूं के चूर्ण (चून) को कणिका कहते हैं। यह एक प्रकार की सूजी होती है।

बहिः खण्डप्रलिप्ता च फेणिकेयमिति स्मृता ।
माषजां फेणिकां केचित्केचित्क्षीरसमुद्भवाम् ॥ ४ ॥
शृङ्गाटशालुकादीनामाहुर्युक्तां कणिक्यजाम् ।
सरसाः पटलैरेताः पुराणस्याभिधेयवत् ॥ ५ ॥
हसन्तीव सितत्वेन फेणिका मेनकापतिम् ।
फेणिका पुटिनी शुभ्रा विस्तीर्णावर्तुलालघु ॥ ६ ॥
निर्माणं युक्तिभिस्तासां जानन्ति कुशलाः स्त्रियः ।

मैदा में पहले घृत का मोमन देके दही मिलाके मर्दन करे याने खूब गूंदे, फिर पीठिका (चौकी, पाटे, चकले आदि) पर लम्बी लम्बी वर्तिका (वत्ती) करे । फिर घृत और चांवलों के चूर्ण को मिलाय उन वर्त्तिकाओं पर लेप करे, फिर उनको वेलन से पटकी तरह चौड़ी चौड़ी वेल के चाकू आदि से कतरे फिर उनको मिलाय के एक एक खण्ड को कतरे इस प्रकार कतर के चतुर मनुष्य इनको वेलके फैलावे फिर इसको घृत में पक्क करे, यह कोमल पुटवाली (पुड़तोंवाली) कही है । वाहर खांड का लेप करे याने इसके ऊपर खांड की चासनी चढ़ावे । इसको फेणिका कहते हैं । कोई कोई उरदों की और कोई क्षीर (दुग्ध) की और सिंघाड़े, शालु आदि के चूर्ण की फेणिका कही है । यह पटलों से सरस पुराण के अभिधेयकी तरह हैं । यह फेणिका सपेदीपणे से मेनकापति (इन्द्रको) भी हंसती है । याने फेणिका की श्वेतकान्ति इन्द्रकी कान्ति से भी अधिकहै अर्थात् फेणिका बहुत श्वेतवर्ण होती है फेणिकापुटवाली, श्वेत, विस्तीर्ण, गोल और छोटी है उन की निर्माण युक्ति से कुशल स्त्रियां जानती हैं ॥ १ । २ । ३ । ४ । ५ । ६ ॥

वातपित्तहरा बल्या किञ्चित्कफकरा सरा ॥ ७ ॥
सुस्निग्धा मधुरा शीता रुच्या गुर्वी मनोहरा ।

फेणिका—वात और पित्त को हरनेवाली, बल करनेवाली, कुछ कफ करने वाली, दस्तावर, बहुत स्निग्ध, मधुर, शीतल, रुचि करनेवाली, भारी और मनोहरा (मन को हरण करनेवाली) कही है ॥ ७ ॥

अथ नवनीत फेणिका ॥

दुग्धाम्बुना स्विन्नमुद्गाद्विदलां युक्ततन्दुलाम् ॥ ८ ॥

नवनीतेन दध्ना च मिश्रं पिष्टीं पचेद्वटान् ।
घृते तप्ते बहिः खण्डचूर्णेनोद्धूलयेदिमान् ॥ ९ ॥
नवनीतयुता मृद्वी फेणिका दुग्धसंयुता ।
वातपित्तहरा बल्या स्निग्धा शीतातिपुष्टिदा ॥ १० ॥

चांवलों सहित मूंगों की दाल को दूध से स्विन्न करके याने सिझो के उस की पिट्ठी में नवनीत (ताजाघृत) और दही मिलाके वड़े बनावे, फिर उन बड़ों को ताते घृत में पक्क करे और ऊपर खांडके चूर्ण का उद्धूलन देवे। दूध और ताजाघृत सहित यह कोमल फेणिका-वात और पित्त का हरण करनेवाली, वल करनेवाली, स्निग्ध, ठण्ढी और बहुत पुष्टि को करनेवाली कही है ॥ ८ । ९ । १० ॥

अथ माषफेणिका ॥

निस्तुषं माषद्विदलं सूक्ष्मं द्वित्रिस्तु पेषयेत् ।
शिलायां पिष्टिकामित्थं नवनीतयुतां दधि ॥ ११ ॥
छागचर्ममयोपेते छिद्रिते पूरितां दृढम् ।
घृतपूर्णभाजनस्य तप्तस्योपरि भ्रामयेत् ॥ १२ ॥
पूरितां तेन छिद्रेण तां पिष्टीं धारयेद्घृते ।
पतिता पच्यते स्वच्छा ह्रस्वपक्वान्नरूपिणी ॥ १३ ॥
वर्तुला चतुरस्रा वा दीर्घा वा फेणिका ततः ।
प्रलेपयेद्बहिश्चित्रं पक्वखण्डस्य धारया ॥ १४ ॥

छिलकों रहित उरदों की दाल की पिट्ठी को शिला पर दो तीन बार सूक्ष्म (महीन=वारीक) पीसे । फिर इसमें ताजाघृत और दही मिलाके छिद्र (छेद) किये हुये बकरे के चर्म (खाल) से मढे हुये चौड़े पात्र में उस पिट्ठी को खूब भरके ताते घृत से पूर्ण ऐसे पात्र के ऊपर घुमावे, उन छेदों से पूरी हुई उस पिट्ठी को घृत में धारण करे । घृत में गिरीहुई वह स्वच्छ पिट्ठी, छोटे पूपों (पूओं) के आकार गोल अथवा चोकोर अथवा दीर्घ (लम्बी) पक्क होके फेणिका होयहै । फिर इस फेणिका के ऊपर से पक्क खांड की (खांड की चासनी की) धारा लेपकरे ॥ ११ । १२ । १३ । १४ ॥

माषपिष्टिभवा फेणी गुर्वी स्निग्धातिवातहा ।
उष्णा संतर्प्पणी बल्या शुक्रला शूलहृत्सरा ॥ १५ ॥

उरदों की पिट्ठी से बनी हुई फेणी–भारी, स्निग्ध, वातहर्ता, गरम, सन्तर्पणी, बलकर्ता, शुक्र को पैदा करनेवाली, शूलको हरण करनेवाली और दस्तावरहै ॥ १५ ॥

अथ लड्डुकप्रकारः ॥

प्रथम दधिलड्डुकः ॥

वस्त्रनिर्गाल्य पिष्टस्य शालेस्तेन युतस्यतु ।
बद्धा सेवघृतेपक्का मेलयेद्गालितां सिताम् ॥ १६ ॥

चांवलों के महीन चूर्ण को वस्त्र आदि में भिगो के दधि मिलाके मोटी मोटी सेव बना के उनको घृत में पक्क करके उनमें गाली हुई सपेद खांड मिलावे ॥ १६ ॥

दधिशालिभवं मेध्यं लड्डुकं पित्तनाशनम् ।
बल्यं वातहरं हृद्यं विशेषाद्दाहनाशनम् ॥ १७ ॥

दही और चांवलों से बना हुआ लड्डू–मेध्य (बुद्धि को हितकारी), वात और पित्त नाशक, बलकारी, हृदय को हितकारी और विशेष करके दाह को नाश करे है ॥ १७ ॥

अथ कणिक्यालड्डुकाः ॥

कणिक्या सर्पिषामिश्रा तोयपिण्डितमर्दिता ।
तस्या मौक्तिकसदृशास्तुल्यास्तन्त्वादिनाथवा ॥ १८ ॥
वर्तिवत्सेवकाः स्थूलास्त्वथवाभीष्टमात्रया ।
सुपक्काःसर्पिषिस्तेतु खण्डपाकविमिश्रिताः ॥ १९ ॥
वर्तुला मोदकाः कार्यास्तुल्या वा मुष्टिकेन तु ।

कणिक्या (गोधूमके चूर्ण) में घृत मिलाकर जलसे खूब उसन के उसके मोतीके समान अथवा तन्त्वादिके तुल्य बत्ती की तरह मोटी २ सेव बनावे अथवा अपनी इच्छाके अनुकूल मात्रासे मोती सेव आदि बनावे, फिर उनको घृत में

अच्छी तरह पककरे और खांड़की चासनी में मिलावे फिर उनके वर्तुल (गोल) मोदक (लड्डू) बनावे अथवा मुष्टिकके समान बनावे ॥ १८ । १९ ॥

अथ गोधूमचूर्णलड्डुकः ॥

ईषद्घृतेन सम्मिश्रा कणिक्या भर्जिता मनाक् ॥ २० ॥
खण्डपाके विनिःक्षिप्य मर्दयेद्दृढपाणिना ।
ततस्तया विनिर्गाल्य यावदिष्टप्रमाणकम् ॥ २१ ॥

गोधूमके चूर्णको थोड़े घृतके साथ सेकके खांड़की चासनी में छोड़के हाथों से खूब मर्दनकरे, फिर अपनी इच्छा के तुल्य उसके छोटे अथवा वड़े लड्डू बनावे ॥ २० । २१ ॥

अथ दीर्घलड्डुकः ॥

मोदकाः खण्डपाकेन पदितेनापिवेष्टयेत् ।
श्लक्ष्णयेत् श्लक्ष्णहस्तेन ततस्तान्सौरभोत्कटान् ॥ २२ ॥

मोदकों को खांड़की चासनी से और पदित से भी वेष्टितकरे फिर चिकने हाथों से उन उत्कट सुगन्धवान् लड्डुओंको चिकने करे ॥ २२ ॥

अथ चित्तमोदकः ॥

उत्कृष्टशर्करापाके घृतभृष्टाः सुवर्तिभिः ।
बद्धाः कर्पूरसुरभिर्मोदकाश्चित्तमोदकाः ॥ २३ ॥

गोधूम आदिकी वत्ती आदिको घृतमें पककरके उत्कृष्ट खांड़की चासनी में मिलाके कर्पूरकी सुगन्धि देके मोदक (लड्डू) बांधे यह मोदक चित्तको प्रसन्न करनेवाले कहे हैं ॥ २३ ॥

एवं बहुविधाः कार्या गोधूमान्नस्य लड्डुकाः
स्थूला वा सूक्ष्मकाश्चापि पक्वखण्डविमिश्रिताः ॥ २४ ॥
मोदका मरिचैलाभिर्वासिता नृपवल्लभाः ।
सेववर्तिकयायेस्युर्नाम्ना ते तन्तु लड्डुकाः ॥ २५ ॥
स्थूलसेवभवाः स्थूलाः सूक्ष्मजाः सूक्ष्मसंज्ञकाः ।
सेवमौक्तिकसदृशास्ते स्युर्मौक्तिकलड्डुकाः ॥ २६ ॥

इत्येते सेवजाः ख्याताः विशेषप्राससंज्ञकाः ।
लड्डुका जगति ख्याताः कणिकाप्रभृतेरपि ॥ २७ ॥
बल्यो गुरुतरः शीतो मधुरो वातपित्तहा ।
कफशुक्र प्रदःस्निग्धो गोधूमान्नस्य लड्डुकः ॥ २८ ॥

इसप्रकार पकीहूई खांड़की चासनी से मिलेहुये मरिच, एला (इलायची) आदिसे सुगन्धित गोधूमके छोटे अथवा बड़े कई प्रकारके लड्डू बनावे । यह लड्डू राजाओं को प्यारे हैं । सेव और वर्तिका से बनेहुये लड्डुओं को तन्तु लड्डु कहते हैं । मोटी सेवों से बने लड्डू स्थूल और छोटी सेवों से बने लड्डुओं को सूक्ष्म सञ्ज्ञक कहते हैं । सेव और मोतीके समान बनेहुये लड्डुओं को मौक्तिक लड्डू कहते हैं (यह जयपुर में मोतीचूरके लड्डुओंके नामसे प्रसिद्ध हैं) विशेष संज्ञाको प्राप्त ऐसे यह सेवके लड्डू प्रसिद्ध हैं । कणिका आदिसे बनेहुये लड्डू भी जगत में प्रसिद्ध हैं । गोधूमान्नका लड्डू बलकारी, बहुत भारी, ठंढा, मधुर, वात पित्तहर्ता, कफ और वीर्यको देनेवाला और चिकनाहै ॥ २४ । २५ । २६ । २७ । २८ ॥

अथ माषलड्डुकः ॥

माषपिष्टभवास्सेवास्सेवा वा मुद्गपिष्टिजाः ।
सुदर्व्या छिद्रमार्गेण विश्राव्य घृतपाचिताः ॥ २६ ॥
खण्डपाकस्य योगेन यान्ति मोदक हेतुताम् ।

उत्तम कुरछीके छिद्रों के मार्गसे झारके घृतमें पचाई हुई उरदों के चूर्ण (चून) की अथवा मूंगोंके चूर्णकी सेव, खण्ड पाक (खांड़की चासनी) के योग से मोदकताको प्राप्त होतीहैं ॥ २६ ॥

माषस्य च गुरुः स्निग्धो मोदकोबलशुक्रदः ॥ ३० ॥
उष्णः संतर्पणो वृष्यः स्वादुपाकोनिलापहः ।

उरदोंका लड्डू—भारी, चिकना, बलकारी, शुक्रको देनेवाला, गरम, तृप्तिकर्ता, वृष्य, स्वादुपाक, और वातको हरण करे है ॥ ३० ॥

अथ माषमुद्गकोद्रवतण्डुलानां पर्पटलड्डुकाः ॥

पर्पटैर्घृतसम्भृष्टैस्चूर्णितैः खण्डमिश्रितैः ॥ ३१ ॥

कणिक्यालड्डुकाकारं कर्तव्यंच यथेप्सितम् ।
तयैव पक्वखण्डेन लेपिता मोदका बहिः ॥ ३२ ॥
पर्पटस्य समुद्भूतो लड्डुको रुचिकारकः ।
विशेषोत्रान्नजो ग्राह्यो विपाके मधुरो हिमः ॥ ३३ ॥

अब उरद, मूंग, कोदव और चांवलों के पापड़ों के लड्डू कहते हैं ॥
घृतमें सेकेहुये पापड़ों के चूर्ण में खांड़ मिलाके कणिकाके लड्डुओं के आकार अपनी इच्छानुसार लड्डू बनावे। फिर उन लड्डुओं के ऊपर पक्वखण्ड (खांड़की चासनी) से लेपकरे। पापड़ोंका लड्डू–रुचिकारक होताहै। यहां विशेष अन्नका अर्थात् गोधूम आदिके चूर्णका लड्डू ग्रहण करना चाहिये। यह लड्डू पाकमें मधुर है ॥ ३१ । ३२ । ३३ ॥

अथ मत्स्यलड्डुकः ॥

गतत्वग्मत्स्यखण्डानि तक्रेणोत्स्वेदयेन्मनाक् ।
ततो निष्कण्टकं कृत्वा तक्रेणातिविमर्दयेत् ॥ ३४ ॥
अथ वस्त्रेण निर्गाल्यं स्विन्नशालूकमिश्रितम् ।
शिलायां पेषयेत्तौच पिष्टिकांकारयेत्ततः ॥ ३५ ॥
वर्तयित्वा तथा सेवान्पचेत्तप्तघृतेभृशम् ।
तैले विषमगन्धस्य निवृत्यर्थं पचेदथ ॥ ३६ ॥
सेवा ये मौक्तिकानिभाः पक्वखण्डेनवेष्टिताः ।
अथवै मुद्गपिष्टेन पक्व सेवस्य वर्धनम् ॥ ३७ ॥
कृत्वैवं नतु खण्डेन इति केचिद्ब्रुवन्तिच ।
आमगन्धनिवृत्यर्थं पुनस्तैलेन पाचयेत् ॥ ३८ ॥
मत्स्यजा लड्डुका बल्या गुरवः कफकारकाः ।
वृष्यानिलहराः प्रोक्ताः किंचित्पित्तप्रकोपकाः ॥ ३९ ॥

चर्म रहित मत्स्य के खण्डों को तक्र से थोड़े स्वेदन करे, फिर कांटों को अलग करके तक्र से खूब मर्दन करे। पीछे वस्त्र से छान के सिजो ये हुए

शालूक (कमल कंद) से युक्त करे। फिर इन दोनों को सिलापर पीसि के पिट्ठी करे। फिर इन के सेव बना के ताते घृत में खूब पक्क करे। अथवा उत्कट गन्धकी निवृत्ति के लिये तैल में पक्क करे। मोती के सदृश सेवों को पक्क खांड से वेष्टित करे। और कोईक पाकाचार्य कहते हैं कि पक्क सेवों को मूंगों कीपिट्ठी से वेष्टित करे, खांडसे वेष्टित न करे। और आम गन्ध याने स्वाभाविक गन्ध को दूर करने के लिये फिर तेल में पक्क करे। मत्स्य के लड्डू-बलकारक, भारी, कफकारक, वृष्य, वातनाशक, और कुछ पित्तका प्रकोप करनेवाले कहे हैं ॥ ३४ । ३५ । ३६ । ३७ । ३८ । ३९ ॥

अथ मांसलड्डुकाः ॥

इत्थमेव विधातव्यं मांसस्यापिहि लड्डुकम् ।
अप्सु संस्विन्नमांसेन मिश्रितेन कणिक्यया ॥ ४० ॥
मत्स्यमांसभवारीत्या कर्तव्यामांसलड्डुकाः ।
गुण मांसानुसारेण ज्ञातव्या लड्डुकेषुच ॥ ४१ ॥

मत्स्यलड्डूओं की तरह मांसके भी लड्डू बनावे। जल में सिजोये हुए मांस में कणिका मिला के मत्स्यमांस के लड्डुओं की रीति से मांस के लड्डू बनाने चाहियें। इन मांसके लड्डुओं के गुण, मांसके अनुसार जानने चाहियें। अर्थात् जिस जीवका मांसहो उसहीजीव के मांसके गुण इन मांस लड्डुओं में जानने चाहियें ॥ ४० । ४१ ॥

अथ शालूकलड्डुकाः ॥

शालूकं स्वेदितं निस्त्वक् पिष्टिकां कारयेत्ततः ।
वर्तयित्वा तथा सेवान्घृते तप्ते पचेत्ततः ॥ ४२ ॥
सेवानां लड्डुकं कार्यं पक्कखण्डेन वेष्टितम् ।
तदीयं मौक्तिकैः कामैः कुर्यान्मौक्तिकलड्डुकम् ॥ ४३ ॥
तथैव चूर्णितया वा पक्कखण्डविमिश्रितम् ।
मांसलड्डुकवद्रीत्या सर्वं कुर्याद्विचक्षणः ॥ ४४ ॥
दुर्जरः कफपित्तघ्नो विष्टम्भाध्मानकारकः ।

कषायो वातकृद्रूक्षः शालूको लड्डुकःस्मृतः ॥ ४५ ॥
शृङ्गाटपद्मिनीबीजसंबन्धं लड्डुकादिकम् ।
ज्ञातव्यं प्रागवत्कृत्स्नं स्वबुद्ध्या कारयेद्बुधः ॥ ४६ ॥

शालूक (कमल कंद) के छिलके छोलके पीठी करे, फिर बत्ती वनाके पहले की तरह सेव करके उनको तप्तघृत में पचावे, फिर उन सेवों के लड्डू करके उनको खांडकी चासनी से वेष्टित करे अथवा उसके अपनी इच्छा के अनुकूल मोती के सदृश सेव वनाके मौक्तिक लड्डू वनावे। और तैसेही उनके चूर्ण को खांडकी चासनी से युक्त करे, विचक्षण (चतुरपुरुष) मांसके मोदकोंकी तरह संपूर्ण क्रिया करे। शालूकका लड्डू—दुःख से पचनेवाला, कफ और पित्तको नाश करनेवाला, विष्टम्भ (डूजा) और आध्मान (आफरा) को करने वाला, वातकर्ता, कषायला, और रूखा कहाहै। शृङ्गाटक (सिंघाड़े), कमलिनी के बीज आदि के लड्डू आदि भी करे। बुद्धिमान् पुरुष संपूर्ण क्रिया जानकर पहले की तरह करे अथवा अपनी बुद्धिसे वनावे॥ ४२। ४३। ४४। ४५।४६

अथ सूरणस्य मोदकम् ॥

पूर्ववत्स्वेदिताः खण्डाः सौरणाः घृतपाचिताः ।
खण्डपाकविमिश्रा ये यान्ति मोदकहेतुताम् ॥ ४७ ॥
अग्निकृद्रुचिकृत्सद्यः सौरणो मोदकः स्मृतः ।
अत्यर्थं सर्वदा सेव्यश्चर्मकीलयुतैर्नरैः ॥ ४८ ॥

सूरण (जमीकन्द) के टुकड़ों को पहले की तरह सिजोके घृत में पचाके खांडकी चासनी से युक्त करे यह मोदकताको प्राप्तहोते हैं। यह सूरण का मोदक—अग्निकर्ता, सद्यः रुचिकर्ता कहाहै। इनको चर्मकील सहित मनुष्य, सर्वदा खूब सेवन करे ॥ ४७। ४८ ॥

अथार्द्रमोदकम् ॥

अम्लिकापत्रसम्मिश्रं क्वाथयेदार्द्रकंजले ।
ततःक्षीरे विनिःक्वाथ्य सुखण्डास्तस्यकारयेत् ॥ ४९ ॥
तेच तण्डुलपिष्टेन वेष्टिता घृतपाचिताः ।
पक्वखण्डे समालोड्य कर्तव्यात्वेलयान्विताः ॥ ५० ॥

आर्द्रकस्यैव सम्भूतो मोदको रुचिबोधकः।
कण्ठ्योऽग्निजनकः प्रोक्तो विशेषाच्छ्वासकासहा ॥ ५१ ॥

इमली के पत्तोंके साथ आर्द्रक (अदरख) को जल में क्वाथ करके दुग्धमें छोड़के उसके छोटे २ टुकड़ेकरे। फिर उनको चाँवलों के चूर्ण से वेष्टित करके घृत में पचावे, फिर पक्कीखांड़ याने खांड़की चासनी में मिला के इलायची मिलावे फिर मोदक बांधे। यह अदरख का लड्डू-रुचिको करनेवाला, कण्ठ को हितकारी, अग्निको जगानेवाला, और विशेष करके श्वास और कास को नाश करने वाला कहाहै ॥ ४९ । ५० । ५१ ॥

अथ कूष्माण्डमोदकः ॥

कूष्माण्डस्यच कर्तव्यं सर्वमार्द्रकवद्विधम्।
स्वेदनं कर्तनं स्वाज्ये भर्जनं खण्डवेष्टनम् ॥ ५२ ॥
कूष्माण्डजनितश्चायं लड्डुकः पित्तनाशनः।
बलकृद्वातहृत्सद्यो रुचिकृत्कफकृद्धिमः ॥ ५३ ॥

कूष्माण्ड (पेठा-कोहला) की भी-संपूर्ण क्रिया अदरख की तरह करनी चाहिये, पहले जलमें सिजोना, फिर टुकड़े करना, और घृत में पचाना और खांडकी चासनी में मिलाना आदि सम्पूर्ण क्रिया पहले की तरह करे। यह कोहलेका लड्डू—पित्तनाशक, बलकारी, वातहर्ता, सद्यः रुचिकर्ता, कफकर्ता और ठंढा है ॥ ५१ । ५२ ॥

अथ मज्जाभवाः ॥

कूष्माण्डबीजैर्निस्त्वग्भिश्चिर्भिटयादिप्रियालजैः।
खण्डपाकविमिश्रैश्च कुर्यात्तेषां हि मोदकाः ॥ ५४ ॥
नालिकेरभवा मज्जा स्विन्ना दुग्धे सुखण्डिता।
भर्जिता घृतखण्डेन शालिपिष्टेन लेपिता ॥ ५५ ॥
सर्वे मज्जाभवाः प्रोक्ताः मोदका मोदकारकाः।
धातुपुष्टिकरा बल्याः स्वनिमित्तगुणावहाः ॥ ५६ ॥

त्वग् (छिलकों) रहित कूष्माण्ड के और चिर्भिटी (ककड़ी) आदि के

बीजों को और पियाल (चिरौंजी-चारोली) की मज्जा (मींगी) को खांड़ की चासनीके सहित करके उनके भी मोदक बनावे । नालिकेर (नारियल) की गिरी को दूध में सिजो के अच्छी तरह छोटे २ टुकड़े करके घृत और खांड़के साथ पचाके चाँवलों के चून से लेप करे फिर मोदक बांधे । इन संपूर्ण मोदकों को मोदककारक (लड्डूओं के करने हारे), मज्जाभव मोदक कहते हैं । यह मज्जाभव मोदक-धातु को पुष्ट करनहारे, बलकारक और अपने २ गुणों को करनेवाले कहे हैं । अर्थात् जिस फलकी मज्जा होगी उसही फल के गुणों को यह मोदक भी करेगा ॥ ५४ । ५५ । ५६ ॥

अथ दुग्धप्रकारः ॥

अथ निस्नेहसक्तुः ॥

दुग्धं विनष्टं निर्गाल्यं भ्रष्ट्वा भ्रष्ट्वान्तरान्तरम् ।
सखण्डं गालयेद्वस्त्रे निस्नेहं सक्तुवद्भवेत् ॥ ५७ ॥

विनष्ट दुग्ध को चलनी आदि में छान के भ्रष्ट करे फिर छानके भर्जन करे इस प्रकार कईवार करे फिर खांड़ मिला के वस्त्र से छाने इसप्रकार स्नेह रहित सक्तु जैसा होय है ॥ ५७ ॥

अथ क्षीरसक्तुः ॥

पाकपिण्डीकृतं दुग्धं नवमृन्मयभाजने ।
मर्दितं गालितं चापि वस्त्रे स्यात्सक्तुसन्निभम् ॥ ५८ ॥

पाक पिण्डीकृत दुग्ध को याने पकाके मावा बनाये हुये दूधका पिंड़ा करके नये मिट्टीके पात्र में मर्दन करे और चलनी से गालित करे याने छाने, इसप्रकार सक्तु (सत्तू) जैसा होयहै ॥ ५८ ॥

अथ क्षीरवटकवटी ।

मरीचिगर्भिता नष्टदुग्धजा वटकावटी ।
पक्वाघृते क्षिपेत् क्षीरे खण्डपाकेऽथवाक्षिपेत् ॥ ५९ ॥

नष्ट दुग्ध अर्थात् औटाकर गाढ़े कियेहुये दूधमें मरिच मिलाकर बड़े अथवा छोटी बड़ी बनाके उनको घृतमें पककरके दूधमें अथवा खण्ड पाक (खांड़ की चासनी) में छोड़े ॥ ५९ ॥

अथ क्षीरलड्डुकम् ॥

नष्टं दुग्धं शिलापिष्टमाषतण्डुलपिष्टकम् ।
घृते पक्काथ संचूर्ण्य खण्डपाकेऽथ मिश्रितम् ॥ ६० ॥
मोदकादिप्रकाराणां हेतुतामुपगच्छति ।

नष्ट दुग्धको शिलापर पीसके उरद और चांवलों के चूनको मिलाके घृतमें पचाके फिर अच्छी तरह चूर्णकरके खण्डपाक में मिलावे,इसप्रकार करनेसे मोदक आदि प्रकारों के कारण को प्राप्त होताहै अर्थात् मोदक आदि बनते हैं॥ ६० ॥

अथ स्वादुलड्डुकः ॥

शालिपिष्टयुतं क्षीरं घृतं तेन तु कारिताः ॥ ६१ ॥
वटिका घृतसंपक्का पिण्डदुग्धे सशर्करम् ।
मेलिता विविधस्वादुलड्डुकानां च हेतवः ॥ ६२ ॥

चांवलों के चूर्ण (चून) को दूधमें मिलाके घृतके साथ उनकी वटिका (वड़ी) वनाके घृतमें अच्छी तरह पक्ककरके पिंडदुग्ध याने औटाकर पिंडाकार कियेहुये दुग्ध (जिसको मावा कहते हैं) में खांड़के सहित उन वड़ियों को नानाप्रकारके स्वादु लड्डुओं के अर्थ मिलावे॥ ६१ । ६२ ॥

अथ रोचकदुग्धगोलकः ॥

आगालितं वाससि सप्तधा त्रीन्
विपाचितं गैरिकरागगौरम् ।
दृढीकृतं मृन्मयनव्यपात्रे
प्ररोचकं गोलकदुग्धमेतत् ॥ ६३ ॥

गाले हुये सात आँवलों को छान के मिट्टीके नये पात्र में गेरू के रंग के समान लालवर्ण पचाके गाढ़ा करे, यह गोलक दुग्ध वहुत रोचक होताहै॥६३॥

लड्डुकं दुग्धसंभूतं रोचकं पित्तनाशनम् ।
शुक्रकृन्मधुरं बल्यं किंचित्कफकरं सरम् ॥ ६४ ॥
दधिशाल्यं तथा दुग्धं कणिक्यामाषपर्पटाः ।

सूरणार्द्रककूष्माण्डशालूकामिषमत्स्यजाः ॥ ६५ ॥
नालिकेरप्रियालस्य मज्जाकूष्माण्डकादयः ।
एतेषां लड्डुकाः प्रोक्ताः सम्भवन्त्यन्यतोपिच ॥ ६६ ॥

दूध का लड्डू रोचक, पित्तनाशक, शुक्रकारी, मधुर, बलकारी, कुछ कफकर्ता और दस्तावरहै । मैं क्षेमशर्माचार्य,-दही चांवल, दूध, कणिक्या, उरद आदि के पापड़, सूरण (ज़मींकन्द), अदरख, कूष्माण्ड, शालूक, मांस, मत्स्यमांस और नालिकेर, चिरौंजी की मज्जा (मींगी) और कूष्माण्ड आदि इन सबों के लड्डू कहे। और औरोंके भी लड्डू होते हैं ॥ ६४ । ६५ । ६६॥

अथ क्षीरकासारः ॥

दुग्धं विनष्टं निर्मथ्यं शुभ्रखण्डविमिश्रितम् ।
मर्दनात्पङ्कतां यातं मन्दवह्नौ च दीपितम् ॥ ६७ ॥
मर्द्यं मर्द्यं पचेत्तावद्यावद्धूलीसमं भवेत् ।

विनष्ट दुग्ध को मथके सफेद खांड़ मिलाके मर्दन करे मर्दन करते २ जब पङ्क (काँदा-कीच) के आकार होजावे, तब मन्दाग्नि पर तपावे, फिर मर्दन करके वारंवार पचावे और फिर मर्दन करे, यह क्रिया जब तक करे कि जब धूली के समान होजावे ॥ ६७ ॥

अथ क्षीरतलावनम् ॥

लाजाचूर्णं क्षिपेत्पिण्डं दुग्धे द्राक्षां सशर्करम् ॥ ६८ ॥
मज्जानवप्रियालानां ततः कुर्यात्तलावनम् ।

दूधमें लाजा अर्थात् सिके चांवल (खील) के चूनको और शर्करा सहित दाखोंको छोड़े और नवीन चिरौंजीकी मज्जाको छोड़े फिर तलावन बनावे ॥६८॥

अथ कृशरागर्भकम् ॥

घृतपक्वकणिक्यायाश्चूर्णं गर्भितपिण्डकम् ॥ ६९ ॥
पिष्टं क्षीरकृतं सर्पिःपक्वं कृशरगर्भकम् ॥

कणिक्याको घृतमें पककरके चूर्णकरे फिर उसमें दाख, खांड़ और चिरौंजी की मज्जा और मावा इन सबका पिंडा बनायके छोड़े, फिर घृतमें पककरे यह कृशरगर्भक होयहै ॥ ६९ ॥

अथ क्षारदलम् ॥

घनं दुग्धं घृते भृष्टं क्षारे पिहितरन्धितम् ॥ ७० ॥
कटाहे तु बहिः खण्डं संक्षिप्तं क्षीरजं दलम् ।

गाढ़े दूधको घृतमें सेकै फिर उसमें लवण डालके कटाह में औटावे, इसप्रकार लवण डालके दूधको औटानेसे दूधके फटकर पत्तेसे बन जायँगे, फिर उसमें ऊपरसे खांड़ छोड़े इनको क्षारदल = क्षीरदल अर्थात् दूधके पत्ते कहते हैं ॥७०॥

अथ क्षीरशाकम् ॥

विनष्टदुग्धं खण्डं च तलयेत्तप्तसर्पिषि ।
तन्निर्द्रवं खण्डसमं क्षीरशाकमिदं स्मृतम् ॥ ७१ ॥

विनष्ट दूध और खांड़को ताते घृतमें तलन करे, जब यह तलन करने से द्रव (गीला = रस) रहित खांड़के समान होजावे तब उतारलेवे, इसको क्षीरशाक कहते हैं ॥ ७१ ॥

अथ नृपयोग्यक्षीरशाकम् ॥

क्षीरंप्रक्षीणनीरंक्वथितमतितरांरागवत्तामुपेतं
ब्रह्मक्षोणीजवल्कसृतजलमिवछायममृतानुकारम् ।
पिण्डं क्षीरप्रभूतं प्रदलितमरिचक्षोदसौरभ्यगन्धि
कोष्णंसंजातपाकं नरवरभवने गीयते क्षीरशाकम् ॥७२॥

जलरहित दूधको खूब औटावे जब औटाने से उसमें रंगत आजावे और ब्रह्म (पलाश) वृक्षकी वकलके काढ़ेके जलकी छायाके समान रंगतमें होजावे तब इस अमृतानुकार दूधके पिण्डेमें मरिचके टुकड़े और सौरभ्य (तज, पत्र, इलायची) आदि छोड़े, यह थोड़ा गरम पाकजाति होयहै । इसको राजाओं के घरमें क्षीरशाक कहते हैं ॥ ७२ ॥

सर्वे क्षीरभवा भक्ष्याः पुष्टिशुक्रप्रदा हिमाः ।
गुरवः कफकृत्स्निग्धा बृंहणानिलपित्तहाः ॥ ७३ ॥
गव्यमाहिषजाताजास्त्रिविधाः क्षीरसंभवाः ।
स्वनिदानगुणाज्ञेया विशेषोवस्तुभेदतः ॥ ७४ ॥

दूधसे बनायेहुये सम्पूर्ण भक्ष्य पदार्थ–पुष्टि करनेवाले, शुक्रको देनेवाले, शीतल, भारी, कफकर्ता, स्निग्ध, बृंहण और वात पित्तनाशक हैं। गौ, भैंस और अजा (बकरी) ये तीन दूधकी खानें हैं, इनके दूधका गुण अपने २ निदानके अनुसार जानने चाहिये और विशेष गुण वस्तुओं के भेदसे अर्थात् उनमें और जो द्रव्योंका प्रयोगकरें उनके अनुसार जानने चाहिये ॥ ७३ । ७४ ॥

अथ मण्डकः ॥

विकसितजलकल्पः शुद्धगोधूमपुञ्जः
प्रबलदृषदिकामं मण्डितः सैन्धवेन ।
अपगततुषभावः सोनवीनांशुकःश्रीः
समुपहरणयोग्यो मण्डकः स्वन्नवृत्तः ॥ ७५ ॥

उछलतेहुये गरम जलमें उत्तम गोधूमों को छोड़े फिर मज़बूत पत्थरपर उन को रखके उनके तुषों को अलगकरे, फिर नवीन वस्त्रकी कान्तिको हरण करने वाले इन गोधूमों में लवण मिलावे और इनका मंडककरे। इसको भाषा में मंडका कहते हैं ॥ ७५ ॥

कुलूक१कर्परः सिद्धाः काष्ठाङ्गारविपाचिताः ।
मण्डकाद्या यथापूर्वं गुरवो बृंहणामताः ॥ ७६ ॥

कुलूक (तुषाग्नि) कर्पर आदिमें सिद्ध और काष्ठके अंगारों में पचायेहुये मण्डकादि यथापूर्व गुरु (भारी) और बृंहण हैं। अर्थात् अंगारोंपर पचायेहुये से कर्पर सिद्ध और कर्पर से कुलूकपर पचायेहुये भारी होते हैं ॥ ७६ ॥

अत्युष्णो मण्डकः पथ्यः शीतः सगुरुरुच्यते ।
अङ्गारमण्डको ग्राही लघुदोषत्रयापहः ॥ ७७ ॥

मण्डक–बहुत गरम पथ्यहै और वह मंडक ठंढाहो तो भारी है, और अंगार-मंडक–ग्राही, हलका और त्रिदोषनाशक कहाहै ॥ ७७ ॥

अथाघ्रफलम् ॥

द्विधाम्रखण्डं पयसि प्रसंभृतं
सुलेहितं वह्निजशर्करैलकैः ।

१ "कुकूलम्" तुषानलम् ॥

नवाज्ययुक्तं तनुमण्डकान्वितं
सोऽश्नाति यः स्नाति चरः शिवालयम् ॥ ७८ ॥

आमके टुकड़ों को दूधमें पक्करे और फिर मरिच खांड़ और इलायची मिलाके घृतमें मिलावे, यह आम्रफल होयहै। जो पुरुष शिवालय (महादेवजी के मन्दिर) में जाताहै तथा स्नान पूजन आदि करताहै वह पुरुष ऐसे आम्रफल को छोड़ते मंडकके साथ भोजन करताहै ॥ ७८ ॥

हृद्यं रुचिकरं बल्यमाम्रमम्लं समीरजित्।
कषायानुरसं स्वादु वर्णदं मधुरं गुरु ॥ ७९ ॥

यह उपर्युक्त आम्रफल—रुचिकर्ता, बलकारी, वायुनाशक, कषैलारस, स्वादु, वर्णको देनेवाला, मधुर और भारी है ॥ ७९ ॥

अथ पोलिका ॥

मण्डकः प्रभृतः सूक्ष्मः खर्परादिषु पाचितः।
सएव किमपि स्थूलः सुबुधैः पोलिका मता ॥ ८० ॥

खर्पर आदिमें पचायाहुआ गोधूम आदिका सूक्ष्म मंडक होयहै। और यही कुछ मोटाहो तो इसको पंडितजन पोलिका कहते हैं ॥ ८० ॥

पोलीवातहराबल्या कफकृत्पित्तहाहिमा।
स्निग्धोष्णा मधुरा गुर्वी सरा सन्धानकारिणी ॥ ८१ ॥

पोलिका—वातहर्ता, बल करनेवाली, कफ करनेवाली, पित्तनाशक, शीतल, स्निग्ध, उष्ण (गरम) मधुर, भारी, दस्तावर और टूटेहुये अस्थि आदिको जोड़नेवाली है ॥ ८१ ॥

अथाङ्गारकर्करी ॥

कणिक्या सैन्धवोपेता पाणिना मर्दिता दृढम्।
निर्धूमाङ्गारपचिता विज्ञेयाङ्गारकर्करी ॥ ८२ ॥

कणिक्या (सूखे गेहूंके चून) में सैन्धव लवण मिलाके हाथ से खूब गूंद के चन्द्रमाके आकार गोल बनाके धुआँ रहित अंगारों पर धीरे २ सेक लेवे।

१ गेहूं को भिजो के छिलके उतारके उसको सुखाकर चूर्ण करे, इसको जयपुर आदि में सूजी कहते हैं इसही का प्रकार कणिक्या है।

इनको संस्कृत में अंगारकर्करी कहते हैं । भाषा में अंगाकड़ी कहते हैं । और कुछ मोटी बीच में गड्ढेदार बाटी होतीहैं वे जब सिककर फट जावें तब उत्तम गिनी जातीहैं ॥ ८२ ॥

अङ्गारकर्करी बल्या बृंहणी शुक्रला लघुः ।
दीपनी कफहृद्रोगपीनसश्वासकासहा ॥ ८३ ॥

अंगारकर्करी-बलकर्ता, बृंहणी, शुक्रकर्ता, हलकी, दीपनकारी, कफ, हृदयका रोग, पीनसरोग, श्वास और कास (खांसी) को दूर करे है । अंगाकड़ी से बाटी गरिष्ठ होतीहैं और यह राजपूताने में बहुत बनती हैं ॥ ८३ ॥

अथ वेढिका (बेढ़ई) ॥

चणकस्य भवा पिष्टी पिष्टी वा माषसंभवा ॥ ८४ ॥
यवानीहिङ्गुलवणैः संयुक्ता गर्भसंस्थिता ।
कणिक्यायां पोलिकेव कर्तव्या वेढिका बुधः ॥ ८५ ॥

चणक (चनों) की पिट्ठी अथवा उरदों की पिट्ठी में अजवायन-हींग और लवण मिलाके कणिक्या के गर्भ (बीच) में भरदेवे फिर पोलिका की तरह करे अर्थात् वेलके सेक लेवे । इसको पंडित लोग वेढिका कहते हैं । और भाषा में वेढ़ई कहते हैं और कुछ छोटी वेल के घृत में सेकलेने से कचौरी होती है यह राजपूताने जयपुर में बहुत होती है और हज़ारों आदमियों का जहां निमन्त्रण होता है वहां जिवनार में इनका भोजन अमीर लोग अक्सर करते हैं ॥ ८४ । ८५ ॥

वेढिका वातहा मृद्वी स्निग्धोष्णा गुरुपाचिका ।
कफघ्नी चणकोन्मिश्रा वातहा माषपिष्टजा ॥ ८६ ॥

वेढिका (वेढ़ई) वातनाशक, कोमल, चिकनी और गरम, भारी और पाचन करनेवाली है । और चनों से मिली हुई वेढिका कफ को नाश करती है और उरदों की पिट्ठी से बनी हुई वेढिका वात को नाश करतीहै ॥ ८६ ॥

अथ शुद्धलप्सिका ॥

घृते तप्ते विनिःक्षिप्य कणिक्यां पाचयेत्समे ।
ततोऽल्पमल्पं निःक्षिप्य क्षीरं सर्वसमं पचेत् ॥ ८७ ॥

ततः खण्डांशकं क्षिप्य पचेदाघृतदर्शनात्।
लवङ्गाढ्या समरिचा लप्सिकेति प्रकीर्तिता ॥ ८८ ॥

तप्त घृत में घृतके समान कणिक्या छोड़कर पचावे, फिर थोड़ा २ उसमें सबों के समान दूध छोड़ के पचावे। फिर खांड़ छोड़ के तब तक पचावे कि जब उसमें कुछ घृत दीखने लगजाय, फिर उसमें लवङ्ग और मरिच छोड़ के आंच से उतार लेवे। इसको लप्सिका कहते हैं ॥

परन्तु इसके बनाने का प्रकार यह है-कणिका (मैदा)के समान घृत लेके उसमें मन्दाग्नि से मैदाको भूने जब भूनते २ मैदा बादाम के रंग होजावे तब उसमें औटाया हुआ खांड़ का जल अथवा खांड़ सहित औटाया हुआ दूध मिलाता जावे और कुरछी कौंचा आदि से खूब चलाता जावे जब सब जल सोखकर खिलजावे और उसमें कुछ घृत दीखने लगे तब इसमें लौंग, काली मिरच, इलायची आदि का चूर्ण और कतरे हुए बादाम, पिस्ता, खोपरा और दाख आदि मेवा डाले। इसको संस्कृत में लप्सिका और भाषा में लप्सी, सीरा और मोहनभोग कहते हैं। यह कई प्रकारका बनता है। जैसे-गेहूँ के मोटे चून का और गुड़का इसको चूनका सीरा कहते हैं। मैदा के बनायें हुए को मैदाका सीरा, दूध डालकर बनाया जाय उसको मोहनभोग, खांड़ डाल के बनावे उसको खांड़का सीरा और बेसन के बनाये हुए को बेसनका सीरा और सूजी आदि के बनाये हुए को सूजी का सीरा कहते हैं ऐसेही और भी कई प्रकार हैं ॥ ८७। ८८ ॥

अथ भैमी[1] ॥

श्रेष्ठं गोधूमचूर्णं प्रचुरघृतयुतं नालिकेरेण सार्द्धं
द्राक्षाखर्जूरशुण्ठीत्वचमरिचयुतं शर्करापूर्णगर्भम्।
पक्वं ताम्रे कटाहे टलविटलटले पावके मन्ददीप्तौ
धन्यैर्हेमन्तकाले सुजनपरिवृतैर्भुज्यते विप्रशेषम् ॥८९॥

इस भैमी लप्सिका की विधि भी शुद्धलप्सिका जो पहले कह आये हैं उसहीके समान है। इसमें गिरी छुहारे,दाख, शुण्ठी, दालचीनी, कालीमरिच और इलायची आदि के टुकड़े करके डालने से यह भैमी लप्सिका होती है।

---

१ यह प्रकार भीमसेन का बनाया है इस कारण इसको भैमीलप्सिका कहते हैं ॥

श्लोकार्थ यह है—गिरी, छुहारे, दाख, शुण्ठी, दालचीनी, मरिच इन संपूर्ण मेवों के साथ बहुत से घृत के सहित, खांड़ से भरा है गर्भ (पेट) जिसका ऐसे उत्तम गेहूं के चून को ताम्र (तांवे) के कटाह (कड़ाह) में अथवा तवले आदि में मन्द २ अग्नि में पचावे। यह भैमी लप्सिका होती है हेमन्तकाल में ब्राह्मणों को भोजन कराने के वाद बचे हुये इस भैमी को सज्जनों के साथ जो भोजन करते हैं वे पुरुष धन्य हैं ॥ ८९ ॥

अथ चन्द्रहासा ॥

दीर्घं गोधूमचूर्णं शशधरकिरणप्रोज्ज्वलं तप्तमाज्ये
दुग्धे क्षिप्तं सखण्डं मृदुपटनिसृते योजिते तत्कटाहे।
स्तोकं स्तोकं च दत्तं बहुघृतपचितं यावदर्व्यां न लग्नं
सिद्धे[१] वादामद्राक्षामरिचहिमयुता गीयते चन्द्रहासा ॥ ९० ॥

लंबे, चन्द्रमाकी किरणोंके समान उज्ज्वल और घृत में तप्त (सेकेहुये) ऐसे गोधूम के चूर्ण को खांड़ के सहित कोमल कपड़े से छानेहुये और कटाह आदि में डाले हुए गरम दुग्ध (दूध) में थोड़ा २ छोड़ता जावे और कुरछी आदि से चलाते रहना चाहिये फिर इस में बहुत सा घृत डालकर पचावे, जब पचते २ कुरछी के लगने लगे तब सिद्धलप्सिका में बादाम, दाख, मरिच और हिम (भीमसेनी कर्पूर) मिलावे। इसको चन्द्रहासा कहते हैं ॥ ९० ॥

अथ ललिता ॥

समितां[२] भर्जयेत्तप्तेघृते श्वेतां ततो न्यसेत्।
चारमज्जादिसंयुक्तां पयसा बहलीकृताम् ॥ ९१ ॥
मरिचैलयुतां तज्ज्ञैर्लप्सिका ललिता मता।

मैदा को तप्त (ताते) घृत में भूनके उसमें शर्करा छोड़े और चारदाना के मज्जा आदि से युक्त करे और दूध छोड़ के मरिच और एला (इलायची) मिलावे, इसको सूपशास्त्रवेत्ता ललिता कहतेहैं ॥ ९१ ॥

लप्सिका बृंहणी वृष्या वातपित्तहरा गुरुः ॥ ९२ ॥
कफमेदःकरा स्निग्धा सुरुच्याह्लादकारिणी।

---

१ एलाद्राक्षादियुक्ता नृपवरभवने गीयते चन्द्रहासा, इति पाठान्तरम् ॥

२ काष्ठगोधूमचूर्णं वा दलितं तु समे घृते। पाचितं तु समे सिद्धे शुद्धश्वेतां ततो न्यसेत् ॥ इति पाठान्तरम् ॥

लप्सिका—बृंहणी, वृष्या, वात और पित्तनाशक, भारी, कफ और मेदाकर्ता, चिकनी, सुरुचिकर्ता और आह्लादकारिणी है ॥ ९२ ॥

अथ शुद्धघेवरम् ॥

क्षीरेण मर्दितं चूर्णं गोधूमानांसुगालितम् ॥ ९३ ॥
विस्तार्य्य सर्पिषा पाच्यं कटाहेऽथसितान्वितम् ।
घृतपूरोऽयमुद्दिष्टः कर्पूरमरिचान्वितः ॥ ९४ ॥

दूधसे मर्दन किये गोधूम के चूर्ण को अच्छी तरह गाल (घोल) के कटाह में ताते किये हुये घृत में फैला के पचावे, फिर खांड़की चासनी मिलावे और कर्पूर, मरिच युक्त करे, इसको घृतपूर (घेवर) कहते हैं ॥ ९३ । ९४ ॥

अथ नालिकेरजम् ॥

समिता मर्दिता क्षीरे नालिकेरसितार्द्रकैः ।
अवगाह्य घृते पाच्या घृतपूरो परःस्मृतः ॥ ९५ ॥

मैदा में कतरी हुई नारिकेल की गिरी और अदरख और खांड़ मिला के दूध में मर्दन (मथन) कर के पूर्वोक्त रीति से घृत में पचावे, यह दूसरा नालिकेरज घृतपूर (घेवर) कहा है ॥ ९५ ॥

अथ दुग्धजम् ॥

पाकपिण्डीकृतं क्षीरं शर्कराचूर्णमिश्रितम् ।
घृतपूरविनिर्माणं कारयेत्स्वल्पसर्पिषि ॥ ९६ ॥

औटाकर पिण्डाकार (मावा) किये दूधमें शर्करा (खांड़) का चूर्ण मिला के थोड़े घृतमें पहले की तरह घृतपूर बनावे ॥ ९६ ॥

अथ शालिपिष्टम् ॥

अथवा शालिदुग्धे तु कथितं वस्त्रगालितम् ।
खण्डयुक्तं घृते पक्वं घृतपूरो भवेदिमम् ॥ ९७ ॥

चावलों के चूनको वस्त्रमें छान दूधमें मिलायके औटावे फिर पहले की तरह घृतमें पककरके खांड़ मिलावे, यह चावलका घेवर होताहै ॥ ९७ ॥

अथ कसेरुजम् ॥

कसेरुचूर्णं निःक्षिप्य पाकपिण्डीकृते पये ।
निर्माणं घृतपूराणां शर्करासहितं भवेत् ॥ ९८ ॥

औटाकर गाढे (मावा) किये दूधमें कसेरूका चूर्ण छोड़के पूर्वोक्त रीति से घृतमें पचाय शर्करा मिलाके घेवर बनावे, यह कसेरुघेवर होयहै ॥ ९८ ॥

अथाम्ररसभवम् ॥

पक्वाम्रस्य घृतेतप्ते रसस्तलनपिण्डितः ।
शुद्धशर्करया योज्यो घृतपूरोयदृच्छया ॥ ९९ ॥
क्षीरमात्मानुरूपं हि खण्डचूर्णं ततःस्मृतम् ।
योजितो यो विशेषोऽत्र तदाख्यश्चूर्णसंज्ञितः ॥ १०० ॥

ताते घृतमें पकेहुये आमके रसको छोड़ अग्निसे पचाके गाढाकरे फिर पहले कही रीतिसे घेवर बनाय अपनी इच्छाके अनुसार अच्छी सफेद खांड़ मिलावे यह आम्ररसका घेवर होताहै । इसमें आत्मानुरूप क्षीर (दूध) और खांड़का चूर्ण कहाहै, यहां जो विशेष योजना कियाहै वह चूर्णसंज्ञक कहलाताहै ॥९९।१००॥

घृतपूरो गुरुर्वृष्यो हृद्यःपित्तानिलापहः ।
सद्यः प्राणप्रदो बल्यः सुरुच्योऽग्निप्रदीपनः ॥ १०१ ॥
शृङ्गाटकमखाणानामप्येवं घृतपूरकाः ।
विचार्यवस्तुसंयोगं तद्गुणानपि चाहरेत् ॥ १०२ ॥

घृतपूर (घेवर)-भारी, वृष्य, हृदयको हितकारी, वात पित्तनाशक तुरन्त बल-कर्ता, अतिरुचिकर्ता और अग्निको जगानेवालाहै । शृङ्गाटक (सिंघाड़े) और मखाणों के भी घेवर ऐसेही बनाना चाहिये । वस्तुओं के संयोगको विचार के उनके गुणोंको भी लेवे ॥ १०१ । १०२ ॥

अथ गुह्यासंयावः केचित् ॥

समितां सर्पिषा भ्रष्टां सिताद्राक्षादिसम्भृताम् ।

---

१ कसेरु दो प्रकारका होताहै, जैसे राजकसेरु और चिंचोड, बड़ेकसेरुको राजकसेरु कहते हैं । और जिसका आकार मोथाके समानहो और हलका होवे उसका नाम चिंचोडहै कसेरुको भाषामें किसौरा कहतेहैं ॥

एलालवङ्गकर्पूरमरीचिपरिवासिताम् ॥ १०३ ॥

क्षिप्त्वान्यसमितालम्बपुटेवेष्ट्य घृते पचेत् ।

ततः खण्डे न्यसेत्पक्के गुह्यकोयमुदाहृतः ॥ १०४ ॥

समिता (मैदा) को घृतमें सेकके उसमें खांड़ दाख आदि मेवा डालके इलायची, लवंग, कपूर और मरिच डालके सुगन्धित कीहुई इस खांड़ दाख आदिके सहित सेकीहुई मैदाको दूसरी मैदाकी लम्बी रोटी के आकार बेलीहुई पपड़ी में भरके ऊपर से मुखको गूंथके घृतमें पचावे फिर खांड़में अर्थात् खांड़की चासनी में डाले, इसको पंडितजन संयाव अर्थात् गुझा, गूंझिया कहते हैं इसको भाषामें गूंझा कहते हैं ॥ १०३।१०४ ॥

गुह्यको बृंहणो हृद्यो वृष्यः पित्तानिलापहः ।

मधुरोऽतिगुरुः पाके किंचित्संधानकृत्सरः ॥ १०५ ॥

गुह्यक (गूंझा)—बृंहण, हृदयको हितकारी, वृष्य, पित्त और वातनाशक, मधुर, बहुत भारी, कुछ संधानकारक और दस्तावर है ॥ १०५ ॥

अथामृतसंयावकम् ॥

समितां मधुदुग्धेन मर्दयित्वा तु शोभनाम् ।

पचेद्घृतोत्तमेतप्तेन्यसेत्पक्केनवेघटे ॥ १०६ ॥

ततो मरिचचूर्णैलाखण्डचूर्णावचूर्णितम् ।

कुर्यात्कर्पूरसंयुक्तं संयावममृतोपमम्[१] ॥ १०७ ॥

उत्तम मैदाको मधु (शहद) और दूधके साथ मर्दन करके तप्त (ताते) किये उत्तम घृतमें पचावे फिर पकेहुये नये घटमें डाले फिर इसको मरिच, इलायची और खांड़ आदिके चूर्ण से चूर्णितकरे अर्थात् मिलावे फिर कर्पूर मिलायके पूर्वोक्त रीतिसे संयाव (गूंझा) बनावे यह अमृतके समान संयावहोयहै॥१०६।१०७॥

संयावममृतं स्वादु पित्तघ्नं मधुरं स्मृतम् ।

वृष्यं वातहरं हृद्यं विपाके गुरुभाषितम् ॥ १०८ ॥

अमृत संयाव, स्वादु, पित्तनाशक, मधुर, वृष्य, वातहर्ता, हृदयको हितकारी और पाकमें भारी कहाहै ॥ १०८ ॥

---

१ 'संयावममृतं स्मृतम्' इति पाठान्तरम् ॥

अथ मधुशीर्षकः केचित् ॥

"सूक्ष्मगोधूमकं चूर्णं मर्दयित्वा तु संमधौ ।
मरिचैलादिसंयुक्तश्चायुष्योत्सवकः स्मृतः" ॥ १०६ ॥
पक्वो घृते सितापङ्के मण्डितो मधुशीर्षकः ।

सूक्ष्म (महीन) गेहूंके चूर्णको शहदमें अच्छी तरह गूंदके उसमें मरिच, इलायची आदि मिलाके घृतमें पक्वकरके खांड़के पंकमें अर्थात् खांड़की चासनीमें मण्डित करे अर्थात् मिलावे, यह आयुके उत्सवको करनेवाला मधुशीर्षक कहाहै॥ १०६॥

अथ मातुलुङ्गार्द्रकयुतं मधुशीर्षकम् ॥

घृतेन मर्दितां तोये समितां मधुसंयुताम् ॥ ११० ॥
मातुलुङ्गत्वचाखण्डसंयुक्तार्द्रकपूरिताम् ।
विधाय पूपकं तस्या गन्धाढ्यं शर्करान्वितम् ॥ १११ ॥
पक्वं सर्पिषि तं सम्यग् नाम्नाख्यो मधुशीर्षकः ।

शहद सहित मैदामें घृतका मोवन देके जलमें उसनके मातुलुङ्ग, दालचीनी, खांड़, अदरख और कर्पूर मिलाके सुगन्ध द्रव्यों के साथ खांड़ मिलाके उसके अपूप (पूआ) बनाके उन पूओं को घृतमें अच्छी तरह पक्वकरे इसको नाम से मधुशीर्षक कहते हैं ॥ ११० । १११ ॥

मधुशीर्षः सुमधुरो भव्यः पित्तानिलापहः ॥ ११२ ॥
सुष्ठुवस्तुसुयोगेन हृद्यो रुच्योऽग्निकारकः ।

मधुशीर्ष—उत्तम मधुर, भव्य, पित्त और वातनाशक और उत्तम वस्तुओं के अच्छे योगसे हृदयको हितकारी, रुचिकर्ता और अग्निकारक है ॥ ११२ ॥

अथ आपूपम् ॥

समितां खण्डतोयेन मेलयित्वा सुमर्दिताम् ॥ ११३ ॥
घृते विस्तार्य विपचेत्सुवृत्तो मृदुपूपकः ॥

---

१ 'मर्दयित्वातुसमितामायुष्योत्सवकः कृतः' इति पाठान्तरम् ॥ २ मातुलुङ्गः छे. लङ्गबृचे । हिं. बिजौरा । अस्यगुणाः "स्यान्मातुलुङ्गः कफवातहन्ताहन्ताक्रमीणां जठरामयघ्नः । संदूषितारक्तविकारपित्तसंदीपनः शूलविकार हारी ॥ तत्फलगुणाः—श्वासकासारुचिहरं तृष्णाघ्नं कण्ठशोधनम् । दीपनंलघुरुच्यं च मातुलुङ्गमुदाहृतम्" इति वैद्यकशब्दसिन्धौ ॥

मैदाको खांड़के जलसे मिलाके खूब मर्दनकरे फिर घृतमें फैलाके पक्वकरे यह सुवृत्त (अच्छा गोलाकार) कोमल पूप (पूआ) होयहै ॥ ११३॥

अपूपः पुष्टिदो बल्यो हृद्यो गुरुतरःस्मृतः ॥ ११४ ॥
पित्तानिलहरो वृष्यः सुपक्वो रुचिकारकः ॥

अच्छा पचाहुआ अपूप (पूआ) पुष्टिकर्ता बलकारी, हृदयको हितकारी, बहुत भारी, पित्त, वातहर्ता, वृष्य और रुचिकारक होताहै ॥ ११४ ॥

अथ दधिवटिका ॥

शालिपिष्टयुतं दध्ना मर्दयित्वा घृते पचेत् ॥ ११५ ॥
वेष्टयेत्पक्वखण्डेन सुवृत्तं दध्यपूपकम् ।

चावलोंके चूनको दही में उसनकर घृतमें पचावै और खांड़की चासनी से वेष्टितकरे, यह गोलाकार दहीका पूआ होताहै ॥ ११५ ॥

दध्यपूपो गुरुर्वृष्यो बृंहणोऽनिलपित्तहा ॥ ११६ ॥
हृद्योऽग्निजनकश्चैव विशेषाद्रुचिकारकः ॥

दहीका पूआ—भारी, वृष्य,बृंहण, वात, पित्तहर्ता, हृदयको हितकारी, अग्निकारक और विशेष करके रुचिकारक है ॥ ११६ ॥

अथ तरड्डटिका ॥

घृतेन मर्दिता दध्ना कणिक्या फेणयेत्ततः ॥ ११७ ॥
विधाय वटिकास्तस्या घृते मन्दाग्निना पचेत् ।
प्रलिप्ताः खण्डपाकेन कर्पूरेण विमिश्रयेत् ॥ ११८ ॥
तत एताः समरिचास्तरड्डय इति स्मृताः ।

कणिक्या (मैदा) को घृत से मर्दन करके दही से फेणित करे याने ऊगावे फिर वटिका (बड़ी) बनाके उन बड़ियों को घृत में मन्दाग्नि से पचावें, फिर खंडपाक से लेप करके कर्पूर मिलाके इनको मरिच के सहित करे, इनको तरड्डी कहते हैं ॥ ११७ । ११८ ॥

बल्याः पुष्टिकरा हृद्या वृष्याःपित्तानिलापहाः ॥ ११९ ॥
सुस्निग्धाः कफदाः शीघ्रं किंचित्संधानकृद्धिमाः ।

तरद्वटिका—बलकारक, पुष्टिकर्ता, हृद्य, वृष्य, वात, पित्तहर्ता, बहुत स्निग्ध, शीघ्र कफ को पैदा करनेवाली और कुछ संधानकारक और हिम (शीतल) हैं ॥ ११९ ॥

अथ बदरचूर्णपूरिका ॥

घृतमिश्रकणिक्यायां मेलितं पञ्चमांशकम् ॥ १२० ॥
बदरत्वग्भवं चूर्णं जलेनालोड्य पीडयेत् ।
पूरिका च घृते पक्वा खण्डपाकविलेहिता ॥ १२१ ॥

घृत मिली हुई कणिक्या में कणिक्या के पांचवें हिस्से के बराबर बदरत्वक् (बेरके छिलकों) का चूर्ण मिलाके जलसे आलोडन करके अर्थात् घोल के मर्दन करे फिर इसकी पूरी बनाके घृत में पक्व करके खंडपाक से लेप करे, यह बदरचूर्ण की पूरी होयहैं ॥ १२० । १२१ ॥

पूरिका बदरोन्मिश्रा स्निग्धा पित्तहरा हिमा ।
सुमधुरा तृड्वातघ्नी सरा छर्दिविनाशिनी ॥ १२२ ॥
एवं प्रियालखर्जूरशर्करानालिकेरकैः ।
द्राक्षया वै सुपूर्यास्तु पूरिकां पूर्ववत्पचेत् ॥ १२३ ॥
त्रिभागं चाणकं चूर्णं गोधूमस्यैकभागकम् ।
यवानीहिङ्गुलवणैः सार्द्धं तैले विपाचिताः ॥ १२४ ॥
कटुके कफवातघ्नी रुच्या वह्निप्रबोधिनी ।

बदरचूर्णपूरिका—स्निग्ध, पित्तहर्ता, शीतल, बहुत मधुर, (तृषा) और वातनाशक, दस्तावर और छर्दि (वमन) विनाशक है । ऐसेही प्रियाल (चिरौंजी), छिंहारे, शर्करा, द्राक्षा (दाख) और नालिकेर (गिरी) आदि की उत्तम पूरी बनायके पहले की तरह घृतमें पचावे । अब कटुका पूरिका कहते हैं तीन हिस्से (भाग) चणोंका चून और गोधूम के चूर्ण का एकभाग ले के यवानी (अजवायन), हींग और लवण के साथ कडुवे तैल में पचावे

१ बदरंच सौवीर, कोल, कर्कन्धुभेदेन त्रिविधम् लक्षणगुणाः—"पच्यमानं सुमधुरं सौवीरबदरं महत् । सौवीरं बदरं शीतं भेदनं गुरु शुक्रलम् ॥ बृंहणं पित्तदाहास्रक्षयतृष्णानिवारणम् ।" इति । "सौवीरं लघु संपक्वं मधुरं कोलमुच्यते । कोलन्तु बदरं ग्राहि रुच्यमुष्णं च वातलम्" कफपित्तकरं चापि गुरुसारकमीरितम्" इति "कर्कन्धुः क्षुद्रबदरं कथितं पूर्वसूरिभिः । अम्लं स्यात्क्षुद्रबदरं कषायं मधुरं मनाक्" स्निग्धं गुरु च तिक्तं च वातपित्तापहं स्मृतम् । शुष्कं भेद्यग्निकृत्सर्वं लघु तृष्णाक्लमास्रजित् ॥

अर्थात् पूरी बनाय के कडुवे तैल में पचावे। यह कफ और वातनाशक, रुचिकारक, और अग्नि को जगानेवाली है ॥ १२२। १२३। १२४ ॥

अथ धारापूपकम् ॥

घृतोन्मिश्रकणिक्यायां दुग्धेनालोडिता तु सा ॥ १२५ ॥
धाराख्यापूपकं स्वाज्ये पक्कं खण्डेन योजयेत् ।

घृतोन्मिश्र कणिक्या को दूध से आलोडन करके धाराख्य पूत्रा बनाके उत्तम घृत में पचाके खांड़ मिलावे, यह धारापूप नाम से प्रसिद्ध है ॥ १२५ ॥

आपूपकं सुमधुरं वृष्यं पित्तहरं परम् ॥ १२६ ॥
सुस्निग्धं रोचनं हृद्यमत्यर्थं वातनाशनम् ।

धारापूप—मधुर, वृष्य, पित्तहर, सुस्निग्ध, रोचन, हृदय को हितकारी और बहुत करके वातनाशक है ॥ १२६ ॥

अथ जलेबीकुण्डलिका केचित् ॥

*द्विप्रस्था शुद्धसमिता प्रस्थं गोदधिगालितम् ॥ १२७ ॥
विमर्द्य पयसा स्थाप्यं व्रजेद्यावत्तदम्लताम् ।
सच्छिद्रे नालिकेरस्य पात्रे निःक्षिप्य निर्मले ॥ १२८ ॥
परिभ्राम्य परिभ्राम्य घृते तप्ते विपाचयेत् ।
कर्पूरवासितां सूपविधिज्ञैर्नृपवल्लभाम् ॥ १२९ ॥
सुपक्कां कङ्कणाकारां सितालेहे विनिःक्षिपेत् ।
सा तु कुण्डलिकानाम जलेबीति प्रकीर्तिता ॥ १३० ॥
धातुपुष्टिकरा वृष्या हृद्या चेन्द्रियतर्पणी ।

* एक सेर मैदाको सेर भर दूधमें मिलाय नये मिट्टीके पात्रमें भर उसका मुंह बंद करके खट्टी होनेके
लिये धूप में रक्खे पीछे छिद्रयुक्त ऊपर कहे हुए पात्रमें भरके ऊपर कही रीति से जलेबी बनावे। यह
दूसरा प्रकार है ॥ मैदा में थोड़ा घी मिला के पानी से उसनके पात्र में भरके खट्टा होने तक रहने दे,
फिर दूध में घोलकर पूर्वोक्त रीति से जलेबी बनावे। यह तीसरा प्रकार है। अब चौथा प्रकार कहते हैं,
नवीन मिट्टी के पात्र को दही से लेपकरके उसमें दोसेर मैदा और एक सेर दही और पावभर घी डाल के
घोल करके खट्टी होजाने तक धूप में रक्खे, फिर इस की उपर्युक्त रीति के अनुसार जलेबी बनावे। यह
चारों प्रकारसे बनाई हुई जलेबी, पुष्टिकर्ता, कान्तिकर्ता, बलदायक, रसरक्त आदि धातुओं को बढ़ाने
रुचिकारी और धातुओं को तर्पण करती हैं यह प्रकार भावप्रकाश आदिसे लिखे हैं ॥

दो प्रस्थ शुद्ध मैदा और एक प्रस्थ गायका दही इनको मिलायके दूधसे मर्दन करके याने मथके घोल बनाके उत्तम नवीन मृत्तिकाके पात्रमें भरके खट्टा होने पर्यन्त रक्खे फिर पेंदी में छेद किये हुए नालिकेरके पात्रमें अथवा निर्मल मृत्तिका के पात्रमें भरके कटाह (तई आदि) में गरमकिये हुये घृतमें घुमा २ के याने गोलाकार फेर फेर के उस छिद्र द्वारा गेर के पचावे। फिर जब वह अच्छी तरह सिक जावे तब इस कंकणाकार अर्थात् गोलाकार इस कुंडलिनी को सूपशास्त्र के जानने वाले खांड़की चासनी में छोड़ें और कर्पूर आदि से सुगन्धित करें, यह राजाओं को प्यारी होती है। और कुंडलिका इसका नामहै। और इसको भाषा में जलेबी कहते हैं। यह कुंडलिका (जलेबी) धातु को पुष्टिकर्ता, वृष्य, हृदयको हितकारी और इन्द्रियों को तृप्त करनेवाली कही है ॥१२७।१२८।१२९।१३०॥

अथ वर्वरम् ॥

जलेनालोडितंशालिपिष्टकं खण्डमिश्रितम् ॥ १३१ ॥
धारापूपकवत्पाच्यं प्रोक्तं तद्वर्वराख्यकम् ।

चावलों के चून को जल से उसनके उसमें खांड़ मिलावे। फिर उसको धारापूप की तरह पचावे, इसको वर्वर कहते हैं ॥ १३१ ॥

वर्वरं बलकृत्सद्यः श्रेष्ठं पित्तानिलापहम् ॥ १३२ ॥
रोचनं कफकृच्छीतं हृद्यं हृल्लासनाशनम् ।

वर्वर— तुरंत बलकर्ता, श्रेष्ठ, वात और पित्त दूर करनेवाला, रोचन, कफकर्ता, शीतल, हृद्य और हृल्लास नामक रोग को नाश करनेवाला कहाहै ॥ १३२ ॥

अथ खण्डखर्जूरम् ॥

दध्नालोडितया शालिपिष्टयुक्तकणिक्यया ॥ १३३ ॥
धारया युक्तिसंपक्कं पादुकाकृतिदीर्घकम् ।
बहिः खण्डेन लिप्तं च खण्डखर्जूरकं विदुः ॥ १३४ ॥

चावलों के चूर्ण सहित कणिक्या को दहीसे आलोडन करके उसकी धारा से पादुकाकृति (पावड़ीके आकार) लंबी २ युक्ति से अच्छी तरह पचावे और बाहर खांड़ से लेप करे, इसको खंडखर्जूर कहते हैं ॥ १३३ । १३४ ॥

खर्जूरं वातहृद्बल्यं सुस्निग्धं स्वादु शीतलम् ।
पित्तहृद्बृंहणं हृद्यं किञ्चित्कफकरं सरम् ॥ १३५ ॥

खर्जूर—वातहर्ता, बलकारक, सुस्निग्ध, स्वादु, शीतल, पित्तहर्ता, बृंहण, हृद्य, कुछ कफकारक, और दस्तावर है ॥ १३५ ॥

अथेन्द्ररसाः ॥

तृतीयभागखण्डेन मिश्रितं षष्टिपिष्टकम् ।
शुभ्रमीषद्दधियुतं मर्दयेद्दृढपाणिना ॥ १३६ ॥
एवं सुमर्दितं कृत्वा स्थापयेद्राजनीमितम् ।
ततोऽन्यस्मिन्नहन्येव निस्त्वचस्तिलचित्रितम् ॥ १३७ ॥
विधायापूपकं तेन तविकायां घृते पचेत् ।
ततोऽमृतरसा एव वातहृद्बलवर्द्धनाः ॥ १३८ ॥
अरोचकहरा हृद्याः सुशीताः पित्तहृद्धिमाः ।

षष्टिचाँवलों (साठी चाँवलों)के चूनके तृतीयांश के समान खांड मिलाके फिर उसमें थोड़ा स्वच्छ दही मिलाके अच्छी तरह मर्दन करके एक रात्रि पर्यन्त रक्खे, फिर दूसरे दिन त्वक् रहित तिलों से चित्रित करके पूआ बनाके ताविका (तई) पर घृत में पचावे, फिर यह अमृतरस के तुल्य होय हैं । यह अमृतरसा--वातहर्ता, बलवर्द्धक,अरुचिको हरण कर्ता, हृदय सुशीतल, पित्तहर्ता, और हिम हैं ॥ १३६ । १३७ । १३८ ॥

अथ कर्पूरनालिका ॥

कणिक्या सर्पिषा पक्का तोये पिण्डितमर्दिता ॥ १३९ ॥
ततः कृता पोलिकेव पीठके चतुरस्रया ।
वेष्टयेत्पक्कखण्डे द्वे पार्श्वाभ्यां चतुरङ्गुले ॥ १४० ॥
ततस्ते नालिके ह्येते चित्रयेदथपाचयेत् ।
घृतेऽथ तत आकृष्य कर्पूरेण नलीद्वयम् ॥ १४१ ॥
पूरितां घृतखण्डाभ्यां कर्पूरी नालिकाभवत् ।

घृत मिलाकर सेकी हुई कणिक्या को जल में मिलाके मर्दन करे, फिर पीठक अर्थात् चौकी पाटे आदि पर बेलनसे बेलके पोलिका (पूरी) की तरह चौकोर बेल के दोनों तरफ चार २ अंगुल चौड़े दोनों पार्श्वों को खांड़ की चाशनी से वेष्टित करे फिर इसको मोड़ के नलीके आकार बीच से पोली करके ऊपर से चिन्हित करे और घृत में पचावे, फिर घृत से निकालके कर्पूर (कपूर) से और घी, खांड़ से नली को भर के पूर्ण करे, यह कर्पूरी नालिका होय है ॥ १३९ । ३४० । १४१ ॥

अथामृत नालिका ॥

किञ्चित्कणिक्यादियुता नष्टदुग्धमयी तुसा ॥ १४२ ॥
कृता कर्पूरनालीवत्सैवामृतनलीमता ।

थोड़ी मैदा सहित नष्टदुग्ध (औटाकर गाढ़े किये दूध) की अर्थात् मावाकी पहले कही कर्पूरनाली की तरह बनाई हुई अमृतनली होय है १४२ ॥

कर्पूरनालिका बल्या वृष्या पित्तानिलापहा ॥ १४३ ॥
पुष्टिदा रुचिदा स्निग्धा गुर्वी सन्धानकृत्सरा ।

कर्पूरनालिका,—बलकारक, वृष्य, वातपित्तहर्ता, पुष्टिकर्ता, रुचिकर्ता, स्निग्ध, भारी, सन्धानकर्ता और दस्तावर है ॥ १४३ ॥

अथ कसारः ॥

घृते तप्ते विनिः क्षिप्य कणिक्याः पाचयेत्मनाक् ॥ १४४ ॥
ततस्तत्र विनिःक्षिप्य खण्डं भागसमं पचेत् ॥
ततश्चाकृष्य तत्पात्रे क्षिप्त्वा सम्यक् सुचिक्कणे ॥ १४५ ॥
चतुरस्त्रीकृतं ह्येतद्भवेत्कासारसंज्ञकम् ।

गर्म घृत में कणिक्या को छोड़ के थोड़ी पचावे फिर उसमें कणिक्या के समान खांड़ छोड़ के पचावे, फिर उसमें से निकाल के अच्छे चिकने पात्रमें अच्छी तरह भरके चतुरस्र करे, यह कसार होय है इच्छा होवे तो इस गर्म २ कसार के लड्डू बनालेवे, यह कसार के लड्डू होय हैं ॥ १४४ । १४५ ॥

कासारं रुचिरं श्रेष्ठं नातिरूक्षं न पिच्छिलम् ॥ १४६ ॥
हल्लासकफपित्तघ्नं विरुचौ रुचिकारकम् ।

पूर्ववन्माषशृङ्गाटककसेरूणां पृथक् पृथक् ॥ १४७ ॥
शालूकस्य च कर्तव्यं कासारं खण्डसर्पिषा ।

कासार—रुचिर, श्रेष्ठ, न बहुत रूखा और पिच्छिल, हृल्लास, कफ और पित्तको नाशकरनेवाला, विरुचि में रुचि कारक कहाहै पहले की रीति के अनुसार उरद, सिंघाड़े, कसेरु¹ और शालूक (जमीकन्द) आदिके अलग २ खांड़ और घृत के साथ कसार बनावे १४६ । १४७ ॥

अथ सेविका ।

कणिक्यावर्तिकां कृत्वा सुसूक्ष्मां यवमात्रिकाम् ।
सुशुष्कां भक्तवत्पाच्या भोज्या खण्डघृतान्विता ॥ १४८ ॥
सेविकेति समाख्याता गुर्वी पित्तानिलापहा ।
सन्धानजननी सेव्या श्रावण्यास्तोकमात्रया ॥ १४९ ॥
पक्वान्नं यदिह ज्ञातं तदुक्तं दशमोत्सवे ।
क्षुद्बोधजनकं वस्तु किञ्चिदाचक्ष्महेऽधुना ॥ १५० ॥

इति श्रीनरवैद्यमन्मथात्मजक्षेमशर्मविनिर्मितेक्षेमकुतूहले
ग्रन्थेपक्वान्नप्रशंसनोनामदशमोत्सवः ॥ १० ॥

कणिक्या की बहुत महीन यव (जौ) के समान वर्तिका (वत्ती) करके इनको सूखी भातकी तरह पचावे और खांड़ और घृत के साथ भोजन करे । इनको सेविका कहते हैं । यह सेव-भारी, वात पित्त हर्ता, संधान करता कही है । इसका सेवन थोड़ी श्रावणी³ की मात्रा के साथ करना चाहिये । यह जो

---

१ कसेरु दो प्रकारका है. जैसे राज कसेरु और चिचोड़, । बृहत्कसेरु को राज कसेरु कहते हैं । और जिसका आकार मोथा के समानहो और हलका होवे उसका नाम चिचोड़है । इसको जयपुर आदि देशों में किस्योरा कहते हैं । इसके गुणभाव प्रकाशआदिमें इसप्रकार, कसेरुकद्वयंशीतंमधुरंतुवरं गुरु,, इत्यादि । लिखेहैं ।

२ मुण्डीर्य्याम्, क्षुद्रमुण्डयाम्,। अस्याः गुणाः—" मुंडतिका कटुः पाके वीर्योष्णा मधुरा लघुः । मेध्या गण्डापची कृच्छ्रकृमियोन्यर्त्तिपांडुनुत् ॥ श्लीपदारुच्यपस्मारप्लीहमदो गुदार्तिहृत् । महामुण्डी च तत्तुल्या गुणै रुक्ता महर्षिभिः ॥ ,, इति भावप्रकाशे ॥

३ यह श्रावणी जलप्रायदेशों में होतीहै और अक्सर श्रावण के महिनेमें पैदा होतीहै इस कारण इसको श्रावणी कहते हैं । यह इसका अन्वर्थ नामहै । और इसको भाषा में छोटी बड़ी गोरखमुंडी कहते हैं ।

पक्कान्न का प्रकार ज्ञातया वह इस दशम उत्सव में कहा। अब इसके पीछे क्षुद्बोधजनक कुछ वस्तुओं को कहता हूं १४८। १४६। १५०॥

इति श्रीसिद्धान्तवागीशमाधवपुरोहितविनिर्मित क्षेमकुतूहल
नामक (पाकशास्त्र) की भाषाटीकामें पक्कान्न प्रशंसन
नाम दशम उत्सव समाप्त हुआ॥ १०॥

अथ क्षुद्बोधकवस्तूनि॥

तक्रंचिरं कथितमर्पितश्रृङ्गवेरं
वाह्लीकसैन्धवरजो मरिचाल्पचूर्णम्।
एलाभवेन रजसा सुरभीकृतंतत्
चूर्णान्तरं व्रजति शान्ततनूनपादम्॥ १॥

तक्रको बहुत देरतक औटावे फिर उसमें श्रृङ्गवेर (अदरख) हींग, सैन्धव, लवणका चूर्ण, थोड़ा मरिचका चूर्ण डालकर एला (इलायची) के रजसे सुगन्धितकरे, यह चूर्णान्तर शान्ततनूनपाद को करताहै॥ १॥

पुनरपि॥

अजाजीधान्याकं मरिचरजनी तन्दुलकणैः
समंपिष्टं तक्रे कथितममलैः सारकफलैः।
युतं सिन्धूत्थेन ज्वलितनववाह्लीकसुरभिः
प्रलेहःसन्देहं जनयति सुधायामतिरसः॥ २॥

जीरा, धनियां, मरिच, हलदी और चांवलों के कण इन सबको समान लेके पीसे फिर तक्रमें छोड़कर औटावे फिर सारकफल, आमलक और लवण मिलावे और सेकेहुये नये हींगकी सुगन्ध से सुगन्धितकरे, यह बहुत रसवाला प्रलेह अमृतमें सन्देहको पैदा करताहै अर्थात् यह प्रलेह (चाटने योग्य वस्तु) अमृतके समान होताहै॥ २॥

अथ नारङ्ग क्षुद्बोधकम्॥

नारङ्गकेसरमपाकृतबीजपुञ्जं
योऽश्नाति खण्डमरिचोद्भवचूर्णमिश्रम्।

अन्नं गले विशति तस्य नरस्य तूर्णं
सङ्गृह्यमाण इव राहुग्रहेण चन्द्रः ॥ ३ ॥

नारङ्गके केसर में से बीजोंको निकाल और उसमें खांड और मरिचका चूर्ण मिलायके जो मनुष्य खाताहै उस मनुष्यके गले में अन्न प्रवेश होतेही वह अन्न अग्निकरके ग्रहण होताहै, जैसे राहुनामक ग्रहसे चन्द्रमा ग्रसित होताहै ॥ ३ ॥

नारङ्गं तु परं रुच्यं सुगन्धमतिचारुणम् ।
वातघ्नं कफदं किञ्चित्पित्तघ्नं विशदं स्मृतम् ॥ ४ ॥

नारङ्ग (नारंगी) बहुत रुचिकरता, सुगन्धवान्, बहुत लाल, वातनाशक, कुछ कफकारक, पित्तनाशक और विशद कहाहै ॥ ४ ॥

अथ जम्बीरभवम् ॥

विभावितं शुभ्रसितामरीचैरेलारजो भावनयाति रुच्यम् ।
जीवातवेतस्य नरस्य भोक्तुर्जम्बीरजं केसरमाद्रियन्ति ॥ ५ ॥

जम्बीरके केसरको मिश्री और मरिच से भावना देवे और फिर इलायचीकी रजकी भावना देवे, यह बहुत रुचिकर्त्ता होयहै, यह वायुके रोगमें मनुष्यों को भोजन करना अच्छाहै ॥ ५ ॥

जम्बीरः पाचनो हृद्यः कफवातहरः परः ।
सुरभिर्दीपनो रुच्यो मुखवैशद्यकारकः ॥ ६ ॥

जम्बीर–पाचन, हृदयको हितकारी, कफ वातहर्ता, सुरभि, दीपन, रुचिकरता और मुखकी विशदताको करताहै ॥ ६ ॥

अथ बीजपूरकम् ॥

सैन्धवार्द्रकसंयुक्तं बीजपूरकमत्ति यः ।
शाकिनीभिरिवाकृष्टं विशत्युदरमोदनम् ॥ ७ ॥

सैन्धव लवण और अदरखके साथ जो बीजपूरक (बिजोरा) को भक्षण करते हैं उनके पेटमें शाकिनी से खींचेहुयेकी तरह अन्न प्रवेश करताहै अर्थात् खाते २ ही पचजाताहै ॥ ७ ॥

केसरं मातुलुङ्गस्य लघुश्लेष्मानिलापहम् ।
रोचनं दीपनं हृद्यं गुल्मशूलार्शसां जयेत् ॥ ८ ॥

मातुलुङ्ग (विजोरा) का केसर-हलका, कफ-वातनाशक, रोचन, दीपन, हृदयको हितकारी, गुल्मरोग, शूलरोग और मस्सों के रोगको जीते है ॥ ८ ॥

अथ बीजपूरकषडर्तुभक्षणम् ॥

सिन्धूत्थेन घनागमे च सितया काले शरत्सातपे
हेमन्ते लवणार्द्रहिङ्गुमरिचैः सिद्धार्थतैलान्वितैः ।
एतैस्तैःशिशिरे मधावपि तथा ग्रीष्मे गुडेनान्यथा
सर्वान्दोषचयान्करोति नितरां द्राग्बीजपूरःसदा ॥ ९ ॥

अथ विजोरेका छःऋतुओं में भक्षण करना कहते हैं ॥

वर्षाकालमें सैन्धव लवणके साथ और शरद् कालमें शर्कराके साथ, आतप सहित हेमन्तऋतुमें सिद्धार्थ (सर्षप) अर्थात् सरसों के तैलसे युक्त लवण, अदरख, हींग और मरिचके साथ विजोरेका भक्षण करना चाहिये । शिशिर और वसन्त कालमें भी सर्षपके तैलके सहित लवण, अदरख, हींग और मरिचके साथही विजोरेका भक्षण करना चाहिये, ग्रीष्मऋतुमें गुड़के साथ भक्षण करना यह विजोरा सदा सर्वदा सम्पूर्ण दोषोंके समुदायको शीघ्रही निवृत्त करताहै॥९॥

अथ तिलकल्कसंस्कारः ॥

तिलकल्कं सनिम्बूकं सैन्धवार्द्रकमत्ति यः ।
तस्यामितं वचः पुंसो हेमन्तेऽग्निः प्रजायते ॥ १० ॥

सैन्धव लवण, अदरख और निम्बूके रसके सहित तिलकल्क अर्थात् तिलों को बांटके लुगदी वनाके जो खाताहै उस पुरुषके अमित वाणी और हेमन्त काल में अग्नि उत्पन्न होता है ॥ १० ॥

तिलनिम्ब्वादिसंयुक्तं कल्कं रुच्यं वलप्रदम् ।
वह्निसंजननं प्रोक्तं विशेषेणानिलापहम् ॥ ११ ॥

तिल और निम्बू आदिके रससहित कल्क रुचिकर्ता, वलदाता, अग्नि का पैदाकर्ता, और विशेष करके वातको दूर करता कहाहै ॥ ११ ॥

अथ सट्टकम् ॥

लवङ्गव्योषखण्डैस्तु दधि निर्म्मथ्य गालितम् ।
दाडिमीबीजसंयुक्तं चन्द्रचूर्णविचूर्णितम् ॥ १२ ॥
सट्टकं तु प्रमोदाख्यं नलादिभिरुदाहृतम् ।
हृद्यं सुगन्धि मधुरं स्निग्धं वातहरं लघु ॥ १३ ॥
पित्तघ्नं तृप्तिदं बल्यं सुरुच्यं सट्टकं स्मृतम् ।

लवङ्ग और व्योष (त्रिकटु) अर्थात् सोंठ मिरच और पीपलके टुकड़ोंके साथ गालेहुये दहीको मथके दाड़िमके बीजोंके सहित और कपूरके चूर्ण से चूर्णित प्रमोदाख्य नामक सट्टक होताहै, यह नल आदिकोंने कहाहै । यह प्रमोदाख्य सट्टक—हृद्य, सुगन्धवान्, मधुर, स्निग्ध, वातहर्ता, हलका, पित्तनाशक, तृप्तिदाता, बलकारक और रुचिकरता कहाहै ॥ १२।१३ ॥

अथ विष्पन्दनः ॥

दधिक्षीरसमे पक्वा त्वर्द्धभागावशेषिते ॥ १४ ॥
अष्टमांशं क्षिपेत्तत्र तन्दुलान्निस्त्वचस्तिलान् ।
प्रियालपनसाब्जानां मज्जामात्रा समं क्षिपेत् ॥ १५ ॥
क्षीरादर्द्धं घृतं चैव शर्करां च तथा न्यसेत् ।
सिद्धे त्रिकटुकोपेतः कर्पूरेणाधिवासितः ॥ १६ ॥
एष विष्पदनो नाम देवलोकेऽपि दुर्लभः ।
यस्मिन्पक्केऽपि हि घृतं स्यन्दते सर्वतो मुखम् ॥ १७ ॥
तस्मात्सूपविधानज्ञैर्विष्पन्दन इति स्मृतः ।

दही और दूध को समभाग लेके पचावे फिर जब पचकर आधा शेष रहे तब उसमें अष्टमांश के समान चांवल और त्वग्रहित तिलों को छोड़े और प्रियाल (चिरौंजी) पनस (कटहर) और कमलकी मज्जा (मींगी) इन सबों को समभाग छोड़े और दूधसे आधा घृत और घृतके बराबर शर्करा को छोड़े

१ "विश्वोपकुल्यामरिचंत्रयंत्रिकटुकथ्यते । कटुत्रिकंतुत्रिकटुत्र्यूषणंव्योषउच्यते" इति भावप्रकाशे ॥ "भाषायांत्रिकुटा" इति नाम्नाप्रसिद्धम् ॥

फिर जब पचकर सिद्ध होजावे तब इसमें त्रिकटु (सोंठ मिरच, और पीपल) को मिलावे और कर्पूर से सुगन्धित करे। इसको विष्पन्दन कहते हैं, यह देवलोकमें भी दुर्लभहै। जिसके पक्व होनेपर भी सब तरफ घृत स्पन्दताहै, इसकारण सूपशास्त्रके जाननेवारे इसको विष्पन्दन कहते हैं ॥ १४।१५।१६।१७ ॥

विष्पन्दो बृंहणो हृद्यः पित्तानिलहरो गुरुः ॥ १८ ॥
रुच्यो बहुतरं स्वादुर्वलशुक्रकरो हिमः।

विष्पन्द–बृंहण, हृद्य, वात पित्तहर्ता, भारी, रुचिकारक, बहुत स्वादु, और यह बल और वीर्य करताहै ॥ १८ ॥

अथाम्रपल्लवमुकलप्रकारौ ॥

आम्रातकस्य नवताम्ररुचः प्रवालाः
खण्डीकृता लवणमिश्रितपिण्डिताश्च।
वाह्लीकधूपनजुषो घृतदुग्धसिद्धाः
संदीपयन्ति पवनस्य सखायमेते ॥ १९ ॥

तांबे के समान लालवर्ण आम्रातक (अंबाड़ा) के नवीन पत्तों को तोड़कर लवण मिलाकर पिंडितकरे और हींगके धूपसे युक्तकरे और घी और दूध से पककरके सिद्धकरे, यह अंबाड़ाके पत्ते पवनके सखा अग्निको दीपन करतेहैं॥ १९॥

मुकुलैः सहकारशाखिनः
शतखण्डीकृतसैन्धवान्वितः।
दधि मथ्य मरीचिसंस्कृत
शिचरजामरुचिं छिनत्तिहि ॥ २० ॥

आम की शाखा के मुकुलों को तोड़ चूर्ण कर सैन्धव लवण मिलावे फिर दही में मथ के मरिच मिलावे, यह आम्रमुकुल निश्चयही बहुत दिनोंकी अरुचि को छेदन करते हैं अर्थात् नाश करते हैं ॥ २० ॥

कफपित्तहरौ हृद्यौ मुखवैरस्य नाशनौ।
वह्निसंजननौ रुच्यौ पुष्पपल्लव चूतजौ ॥ २१

१ ईषद्विकसितकलिकायाम। स्थूलकलिकायांच।

चूत (आम) के पुष्प और पल्लव (पत्ते), कफ, पित्त हर्ता, हृदयको हित-कारी, मुखकी विरसता (वेस्वादपना) के नाशक, अग्नि को जगानेवाले और रुचिकारक कहे हैं ॥ २१ ॥

अथ मृणालक्षुद्बोधकम् ॥

विशाङ्कुरश्चन्द्रकलानुकारा
विभाविताः सैन्धवनिम्बुकाभ्याम् ।
विकीर्ण खण्डीकृतशृङ्गवेर
जलेऽपि वह्निं लघु दीपयन्ति ॥ २२ ॥

चन्द्रमा की कलाके जैसे कमलतन्तुओंको सैन्धव लवण और निम्बु (नींबू) से भावना देवे और टुकड़े किये हुये अदरखके जल में भी भावना देवे अर्थात् आदे का जल मिलावे, यह कमलतन्तु-थोड़ी अग्निको भी दीपन करतेहैं॥२२॥

मृणालं शीतलं हृद्यं कषायं कफनाशनम् ।
रक्तपित्तहरं स्वादु दुर्जरं दाहनाशनम् ॥ २३ ॥

मृणाल (कमलतन्तु)-शीतल, हृद्य, कषाय, कफनाशक, रक्तपित्तहर्ता, स्वादु, दुर्जर (दुःखसे पचनेवाला) और दाह को नाशकरनेवाला कहाहै ॥२३॥

अथ शिग्रुमूलजम् ॥

धौतं कुंजरदन्तदीप्तिसदृशं सिन्धूत्थतैलासुरी
रात्रौ सङ्क्रमितोत्तरोत्तररसं मूलं नवं शिग्रुजम् ।
तस्याहो वदनान्तरे निविशते श्रीचन्द्रचूडप्रिया-
पादाम्भोरुहरेणुरञ्जितशिरो यः प्राक्काले पुमान् ॥ २४ ॥

सिन्धूत्थ (लवण), तैल और राई इन सबको हाथी के दांतों के समान श्वेत ऐसी धोईहुई नवीन शिग्रुज (श्वेतमरिच) अर्थात् सहजने के बीजों के साथ रात्रिमें मिलाकर रक्खे, यह उत्तरोत्तर रसवाली श्वेतमरिच उस पुरुषके मुखमें प्रवेश होती है कि जिसने पूर्वकाल में श्रीचन्द्रचूड (श्रीशिवजी) की

शिग्रुके तीन भेदहैं, श्याम-श्वेत और लाल । सहजनेके बीजको श्वेतमरिच कहते हैं । और लालरंग के सहजनेको मधुशिग्रु कहते हैं । सहजने के फलोंको भी शिग्रुज कहते हैं ॥ इसके गुण भावप्रकाश आदि में कहे हैं ॥

प्यारी पार्वती के चरण कमल की रेणु (रज) से जिसका मस्तक रंगाहो, अर्थात् यह शिशुज बड़े भारब्धसे मिलती हैं ॥ २४ ॥

शिग्रुमूलं तु वातघ्नं श्रेष्ठमर्शोविनाशनम् ।
शमनं स्नायुरोगस्य कफपित्तविनाशनम् ॥ २५ ॥

शिग्रुमूल—वातघ्न, श्रेष्ठ, मस्सा के रोगको दूरकरनेवाला, स्नायु (महुर) रोगको शान्तकर्ता, कफनाशक और पित्तनाशक है ॥ २५ ॥

अथामलक फलम् ॥

स्विन्नं धात्रीफलं यज्ज्वलदनलशिखासन्निभं स्निग्धपात्रे
क्षिप्तं प्रभ्रष्टबाह्लीककणरजनिरजस्तैलसिन्धूत्थव्योषैः ।
संश्लिष्टं जातपाकं कतिपयदिवसैरुल्लसत्सौरभाढ्यं
तस्य स्वादानुवादं कथितुमपि वशो नेश्वरः कस्तदन्यः॥२६॥

स्विन्न (उबालेहुये) धात्रीफल (आमलों) को जलतीहुई अग्नि की शिखाके समान लालवर्ण चिकने पात्रमें छोड़े फिर इन आमलों में सेकाहुआ हींग, कण (सपेदजीरा), रजनि (हलदी) लवण और व्योष (त्रिकटु) अर्थात् सोंठ, मिरच, पीपल इन सबोंको पीसके तैलके साथ छोड़े, फिर यह कुछ दिनों में उत्तम सुगन्ध सहित आमलक पाक होयहै । इसके स्वादके अनुवादके कहनेको ईश्वरभी श्रेष्ठ नहीं तो फिर और कौन कहसक्ता है ॥ २६ ॥

हन्ति पित्तं तु माधुर्याच्छ्लेष्मं तिक्तकषायतः ।
वायुरम्लप्रभावत्वाद्धात्री दोषत्रयापहा ॥ २७ ॥
अग्नि सञ्जननं द्रव्यमुक्तमेकादशोत्सवे ।
यदग्निपोषकं वस्तु क्षीरतक्रमथोच्यते ॥ २८ ॥

इति श्री नरवैद्यमन्मथात्मजक्षेमशर्मविनिर्मितेक्षेमकुतूहलेग्रन्थे क्षुद्बोधवस्तुप्रशंसनोनामैकादशोत्सवः ॥ ११ ॥

आमलक—माधुर्यता से पित्तको नाश करता है, तिक्त और कषायता से कफको और खट्टेके प्रभाव से वायुको नाश करता है, इस प्रकार आमलक तीनों दोषोंको दूरकरे है । इस एकादश (ग्यारहवें) उत्सवमें अग्निको पैदा

करनेवाले द्रव्य कहे, अब इसके पश्चात् अग्निको पोषण करनहारे क्षीरतक्र आदि वस्तु कहते हैं ॥ २७ । २८ ॥

इति श्रीसिद्धान्तवागीशमाधवपुरोहितविनिर्मितक्षेमकुतूहलनामक
(पाकशास्त्र) के भाषानुवादमेंसुबुबोधकवस्तुप्रशंसन
नामग्यारहवांउत्सवसमाप्तहुआ ॥ ११ ॥

अथ गोरसपानकादिकथनम् ॥

अथ क्षीरिका ॥

शुभ्रेऽर्द्धकथिते दुग्धे घृताक्तांस्तन्दुलान्न्यसेत् ।
संसिद्धा मधुसंसिक्ता क्षीरीचन्द्रप्रभा भवेत् ॥ १ ॥
कुंकुमं च विनिःक्षिप्य पचेत्पीतत्वहेतुना ।
चन्द्रप्रभाकृतिः क्षीरी रक्तपित्तविनाशिनी ॥ २ ॥
विष्टम्भजननी बल्या धातुपुष्टिप्रदायिनी ।

आधे औटाये हुये उज्ज्वल दूध में घृत से भकरोयेहुए चाँवलोंको छोडे फिर मन्द २ अग्नि से पचाकर शहद के समान करलेवे । यह चन्द्रमाकी समान श्वेतवर्ण क्षीरी (खीर) होयहै, फिर इसमें पीलीरंगतके वास्ते कुंकुम (केसर) छोडकर पचावे । यह चन्द्रप्रभा क्षीरी—रक्तपित्तको नाशक रनेवाली, विष्टम्भको पैदाकरनेवाली, बलकरनेवाली, और धातुपुष्टिको करनेवाली कही है ॥ १ । २ ॥

अथ राजपायसम् ॥

निर्नीरपाचितपयः प्रहितोऽष्टमांशं
श्यामाकतन्दुलभवंनिभृतोऽन्तरोष्मम् ।
तत्पायसं सरसमावसथं सुधायाः
कोलेढि भूपतिमृते घृतखण्डपाकम् ॥ ३ ॥

जल रहित औटाये दूध में दूध के आठवें हिस्से के समान भरी है ऊष्मा जिसके ऐसे क्षुद्रधान्य (कंगु आदि) चांवलों को छोड़के पचावे, अमृत के समान रस सहित ऐसे पायस (खीर) को राजा को छोड़कर घृत और खांडके साथ कौन चाटताहै, अर्थात् ऐसी खीर राजाओं के योग्य है ॥ इसको राजपायस कहते हैं ॥ ३ ॥

पायसं दुर्जरं बल्यं धातुपुष्टिविवर्धनम् ।
विष्टम्भजननं हन्ति रक्तपित्ताग्निमारुतान् ॥ ४ ॥

पायस (खीर) दुर्जर, बलकारक, धातुपुष्टिको बढानेवाला, विष्टम्भजनक, और रक्तपित्ताग्नि और वायुको नाशकरे है ॥ ४ ॥

अथ नारङ्गक्षीरिणी ॥

क्षिप्त्वा नारङ्गमज्जां वै पचेत्सर्पिषि तापिते ।
तत्र खण्डं च निःक्षिप्य पक्कं मत्वावतारयेत् ॥ ५ ॥
शीतीभूते विनिः क्षिप्यमात्रैरर्द्धाश्रितं पयः ।
नारङ्गक्षीरिणी चैषा सुगन्धशुरभीकृता ॥ ६ ॥
विष्टम्भिनी हरेद्वातं पित्तं च गुरु पाचिका ।

तपाये घृत में नारङ्ग की मज्जा (केसर)को छौड़ के पचावे, फिर उसमें खांड छौडे, और जब पक होजावे तब आंच से उतार के ठंढी करे, फिर जब ठंढीहोजावे तब उसमें मात्रा के अनुकूल अर्धाश्रित, अर्थात् औटाकर आधारक्खा हुआ, दूध छौडे । फिर इसमें सुगन्धित पदार्थ एला आदि छौड़े । यह सुगन्ध सहित नारंग चीरिणी (नारंगीका खीर)—विष्टम्भिनी, वात, पित्त हर्ता, भारी, और पाचिका है ॥ ५ । ६ ॥

अथ नालिकेरक्षीरिका ॥

नालिकेरं पयः स्विन्नं खण्डितं सिक्यकाकृतिः ॥ ७ ॥
मेलयेच्छर्करायुक्ते क्षीरे क्वथितगालिते ।
धूपितागुरुणा क्षीरी नालिकेरादिजाभवेत् ॥ ८ ॥

सीक के समान वारीक, नालिकेर की गिरी को कतर दूधमें स्विन्नकरे फिर खांड सहित औटायेहुये दूधमें मिलावे और अगुरु से धूपित करे, यह नालिकेर आदि की खीरहोय है ॥ ७ । ८ ॥

नालिकेरोद्भवा क्षीरी स्निग्धा शीतातिपुष्टिदा ।
गुर्वी सुमधुरा वृष्या रुच्या पित्तानिलापहा ॥ ९ ॥

नालिकेर की खीर—चिकनी, शीतल, अत्यन्तपुष्टिदायक, भारी, बहुत मधुर, वृष्य, रुचिकर्ता, वात, पित्त नाशक कही है ॥ ९ ॥

एवं कूष्माण्डमज्जादीन्तथा वंशांकुरादपि ।
कदलीनां फलान्मूलात्कर्तव्या क्षीरिका बुधैः ॥ १० ॥

इसही प्रकार कूष्मांड की मज्जा की और वंशांकुर की तथा केला के फल और मूल की पण्डितजन क्षीर करे ॥ १० ॥

अथ दधि ॥

बहुवह्न्यास्तु गोक्षीरं माहिषं वा विपाचितम् ।
सुशीतं स्थापितं पात्रे नवीने तक्रसंस्कृतम् ॥ ११ ॥
कण्ठानुकारितच्छुभ्रं चन्द्रवत्सत्वरं दधि ।
इष्टं तन्मकराघातैः स्फोटितं परिवेषितम् ॥ १२ ॥

गो अथवा महिषी के दूध को बहुत अग्निसे पचावे, फिर जब ठंढाहोजावे तब नवीनपात्रमें स्थापित करे और उसमें थोडे तक्र का संस्कारकरे, फिर यह कंठानुकारि श्वेतवर्ण चन्द्रमा के समान दधि (दही) होय है ॥ फिर यथेच्छ मकर के आघात से स्फोटित करे अर्थात् मथे ॥ ११ । १२ ॥

एकाशशाङ्कधवलं दधि शुक्लनीरं
संक्षिप्तसैन्धवयुतं सहशृङ्गवेरम् ।
प्रभृष्टजीरसुरभीकृतमस्ययोगा-
दुद्दीपितो भवति जाठरजातवेदाः ॥ १३ ॥

पूर्ण चन्द्रमा के समान धवल (सपेद), श्वेतजल, शृङ्गवेर के सहित छोडा है थोडा लवण जिसमें और सेकेहुए जीरेसे सुगन्धित ऐसे इस दहीके खाने से जाठराग्नि उद्दीपित होती है ॥ १३ ॥

शृतक्षीराच्च यज्जातं गुणवद्दधितत्स्मृतम् ।
वातपित्तहरं रुच्यं धात्वग्निबलवर्द्धनम् ॥ १४ ॥

औटायेहुये दूध से बना दही गुणवान् कहा है, यह दही वात, पित्त हर्ता रुचिकारक, धातु, अग्नि और बल को बढाने वाला कहा है ॥ १४ ॥

अथ गव्यम् ॥

गव्यं दध्युत्तमं बल्यं स्वादु पाके रुचिप्रदम् ।
पवित्रं दीपनं हृद्यं पुष्टिकृद्दोषनाशनम् ॥ १५ ॥

गोके दूध का दही—सब दहियों में उत्तम, पाक में स्वादिष्ट, रुचि दायक, पवित्र, दीपन, हृदय को हितकारी, पुष्ट करने वाला, और दोषों को नाश, करनेवाला कहा है ॥ १५ ॥

अथ माहिषम् ॥

माहिषं मधुरं पाके वृष्यं पित्तानिलापहम् ।
बलमेदः करं स्निग्धं सुशीतं कफकृद्वरम् ॥ १६ ॥

भैंस के दही के गुण ॥

भैंस का दही—पाक में मधुर, वृष्य, वात, पित्त हर्ता, बल और मेदको करनेवाला, स्निग्ध, बहुत शीतल, कफकर्ता और उत्तमहै ॥ १६ ॥

अथाजम् ॥

दध्याजं कफपित्तघ्नं लघु वातक्षयापहम् ।
दुर्नामश्वासकासेषु हितमग्नेश्च दीपनम् ॥ १७ ॥

बकरी का दही—कफ, पित्त नाशक, हलका, वात नाशक और क्षयरोग नाशक, दुर्नाम-श्वास और कास में हितकारक, और अग्निको दीपन करने वाला कहाहै ॥ १७ ॥

अथ रात्रौ दधिसेवन निषेधः ॥

दधि नक्तं न सेवेत सेव्यंचेद्दै सुसूपकैः ।
सक्षौद्रं शर्करोन्मिश्रं सेवेतामलकैर्युतम् ॥ १८ ॥

रात्रिमें दही का सेवन न करे, और कदाचित् सेवन करनाहो तो उत्तम मूंग आदिकी दाल के साथ, शहद के साथ, शर्करा के साथ, और आमलोंके साथ सेवन करे ॥ १८ ॥

अन्यच्च ॥

शरद्वसन्तग्रीष्मेषु निन्दितं प्रायशो दधि
हेमन्ते शिशिरे प्रावृट्संसेव्यं दधि पण्डितैः ॥ १९ ॥
शाल्योदनेन संयुक्तं सततं माहिषं दधि ।
गोष्ठगोपाङ्गनादत्तं प्रत्यहं स्मरते हरिः ॥ २० ॥

शरद्, वसन्त और ग्रीष्म ऋतु में प्रायः (अकसर) दही निन्दित (मना) है । हेमन्त, शिशिर और वर्षाकाल में पण्डित जन दही का सेवन करे । शालिचाँवलों के साथ दही का निरन्तर भोजनकरे । विष्णु अपने साथी गोप और गोपियों के दियेहुये दही का प्रतिदिन स्मरण करते हैं ॥ १९।२० ॥

बल्यं दध्योदनं वातपित्तहृत्पुष्टिकारकम् ।
सुरुच्यं ग्राहिकं हृद्यं स्थूलत्वमतिकारकम् ॥ २१ ॥

दही और ओदन का भोजन—बलकारक, वात, पित्तहर्ता, पुष्टिकारक, रुचि कारक, ग्राहि, हृदय को हितकारी, और बहुत स्थूलता को करनेवाला कहा है ॥ २१ ॥

अथ शर्करादिसहित दधिगुणाः ॥

सशर्करं दधि श्रेष्ठं तृष्णापित्तास्रदाहजित् ।
सगुडं वातनुद्वृष्यं बृंहणं कफदं गुरु ॥ २२ ॥

खांड़ के साथ दहीका भोजन अच्छा है और तृषा, रक्त, पित्त, और दाह को नष्टकरे । गुड़के साथ दहीका भोजन—वातहर्ता, बृंहण, कफदायक और भारी कहाहै ॥ २२ ॥

अथ घोल (मट्ठा) केचित् ॥

मस्तुनारहितं गाल्यं दधि शुभ्रतरे पटे ।
जीरसैन्धवसम्मिश्रं घोलं घनतरं स्मृतम् ॥ २३ ॥

---

१ अथर्तु विशेष विधिनिषेधौ—" हेमन्ते शिशिरे चापि वर्षासु दधि शस्यते । शरद् ग्रीष्मवसन्तेषु प्रायशस्तद्विगर्हितम् ,, इति पाठन्तरम् ॥

२ " दध्नस्तुपरियोभागोघनःस्नेहसमन्वितः । सलोकेसरइत्युक्तोदध्नोमण्डस्तुमस्त्विति " इति भावप्रकाशसरमस्तुलक्षणौ ॥

मस्तु रहित दहीको शुभ्रतर (बहुतस्वच्छ सपेद) वस्त्रमें छानके उसमें जीरा, और सैन्धवलवण मिलावै, यह घनतर घोल कहाहै ॥ २३ ॥

जीरसैन्धवसंयुक्तं घोलं वातस्य नाशनम् ।
अतीसारे च मन्दाग्नौ हितं रुच्यं बलप्रदम् ॥ २४ ॥

जीरा और सैन्धवलवण सहित घोल—वात नाशक कहा है, अतीसार और मन्दाग्नि में हितकारक, रुचिकारक और बलदायक कहाहै ॥ २४ ॥

अथ हिङ्गुवासित घोलम् ॥

वस्त्रे दृढतरं बद्धं दधि दुग्धेन गालितम् ।
हिङ्गुना धूपिते पात्रे स्थापितं सैन्धवान्वितम् ॥ २५ ॥

दहीको वस्त्रमें गाढा बांधदेवे जब उसका पानी झरजावै तब खोलके दूधसे गाले और हींगसे धूपित पात्रमें सैन्धवलवणके साथ स्थापनकरे । यह हिंगुसे सुगन्धित घोल कहाहै ॥ २५ ॥

घोलकं वातहृद्बल्यमर्शोऽतीसारनाशनम् ।
सुरुच्यं पुष्टिदं बल्यं पाकशूलविनाशनम् ॥ २६ ॥

घोल—वातहर्ता, बलकर्ता, अर्श (मस्सा) और अतीसार रोगको नाश करनेवाला, रुचिकारक, पुष्टिदाता, और पंक्ति शूलरोग को नाशकरनेवाल कहाहै ॥ २६ ॥

अथ तक्रम् ॥

तुर्यांशेन जलेन संयुतमतिस्थूलं सदम्लं दधि
प्रायो माहिषमंशुकेन विमले मृद्भाजने चालयेत् ।
भ्रष्टं हिङ्गु च जीरकं च लवणं राजीं च किञ्चिन्मितां
पिष्ट्वा तत्र विमिश्रयेद्भवति तत्तक्रं न कस्य प्रियम् ॥ २७ ॥

चतुर्थांश जलके सहित बहुत गाढ़ा और खट्टा प्रायः (अकसर) भैंसका दही निर्मल मृत्तिकाके पात्रमें कपड़े से छानकर डाले । इसकी तक्र संज्ञाहै । अर्थात् दही में उसके तीसरे भागके समान जल डालके मथने से तक्र होताहै । सिके हींग, जीरा, लवण, और थोड़ी राईको पीसके उस तक्रमें मिलावे यह तक्र किसको प्रिय (प्यारा) नहीं है, अर्थात् सबको प्रियहै ॥ २७ ॥

तक्रं रुचिकरं वह्नि दीपनंपाचनं परम् ।
उदरे ये गदास्तेषां नाशनं तृप्तिकारकम् ॥ २८ ॥

तक्र—रुचिकर, अग्निदीपक, बहुतपाचन, और उदरके सम्पूर्ण दोषोंको नाश करनेवाला और तृप्तिकारक कहाहै ॥ २८ ॥

अथ दुग्धम् ॥

विदाहीन्यन्नपानानि यानि भुङ्क्ते हि मानवः ।
तद्विदाहप्रशान्त्यर्थं भोजनान्ते पयः पिवेत् ॥ २९ ॥

मनुष्य, दाहकारी अन्नपान आदिका जो भोजन करते हैं उस दाहके शान्ति के लिये भोजन के अन्तमें दूधपीवे ॥ २९ ॥

दुग्धस्यापरे गुणाउक्ताएव ॥

दूधके और गुण पहले कहेही हैं । यहां दूधपान की विधी कही है ॥

अथ पश्चात्परिवेष्याणि ॥

तत्र रसाला शिखिरिणी ॥

आदौ माहिषमम्लमम्बुरहितं दध्याढकं शर्करां
शुभ्रां प्रस्थयुगोन्मितां शुचिपटे किञ्चिच किञ्चित्क्षिपेत् ।
दुग्धेनार्द्धघनेन मृण्मयनवस्थाल्यां दृढं स्रावये-
देलाबीजलवङ्गचन्द्रमरिचैर्योग्यैश्चतद्योजयेत् ॥ ३० ॥

दही तक्र के पश्चात् अब परिवेष्य कहते हैं ॥

उनमें प्रथम रसाला–शिखरणको कहते हैं पहले १ एक आढक के बराबर जल और खटाई रहित भैंस का दही लेके उसमें दो प्रस्थ सफेद खांड मिला के पवित्र वस्त्रमें डालके औटाकर आधे गाढे कियेहुये दूधसे मिट्टी के नयेथाली आदि पात्र में " अथवा चांदी—कांच आदिके पात्र में छाने फिर उसमें मिलाने योग्य इलायची के बीज लवङ्ग, कर्पूर और मरिच आदिका योगकरे ३०॥

भीमेन प्रिय भोजनेन रचिता नाम्ना रसाला स्वयं
श्रीकृष्णेन पुरा पुनः पुनरियं प्रीत्या समास्वादिता ।
एषा येन वसन्तवर्जितदिने शंसन्न परे नित्यश-

स्तस्य स्यादति वीर्यवृद्धिरनिशं सर्वेन्द्रियाणां बलम् ॥ ३१ ॥

प्याराहै भोजन जिसको ऐसे भीम ने नाम से रसाला बनाई, श्रीकृष्ण ने पहले इसको प्रीतिसे बारंवार अच्छीतरह आस्वादित की, ऐसी इसरसाला को जो पुरुष वसन्त को छोडकर और दिनों में प्रतिदिन भोजन करते हैं उस के संपूर्ण इन्द्रियों का बल और बहुत वीर्य की वृद्धि निरन्तरहोती है ॥ ३१ ॥

ग्रीष्मे तथा शरदि ये रविशोषिताङ्गा
ये च प्रमत्तवनितासुरतातिखिन्नाः ।
ये चापि मार्गपरिसर्पणखिन्नगात्रा-
स्तेषामियं वपुषि पोषणमाशु कुर्यात् ॥ ३२ ॥

ग्रीष्म तथा शरद्ऋतु में जे पुरुष सूर्य की किरणों से शोषित अङ्ग हैं अर्थात् जे पुरुष सूर्य के आतप से दुःखितहैं और जे पुरुष बहुत मत्त स्त्रियों के सुरत से बहुत खिन्न हैं और रास्ते में चलने से जे पुरुष खिन्न शरीर हैं उन पुरुषों के यह रसाला शरी में पोषणको शीघ्र करे है ॥ ३२ ॥

रसाला शुक्रला बल्या रोचिनी वातपित्तजित् ।
दीपिनी बृंहणी स्निग्धा मधुरा शिशिरा सरा ॥ ३३ ॥
रक्तपित्तंतृषां दाहं प्रतिश्यायं विनाशयेत् ।

रसाला-शुक्रदायक, बलकारक, रोचन कर्ता, वात, पित्त को नष्ट करने वाली, दीपनकर्ता, बृंहणकर्ता, स्निग्ध, मधुर, शीतल, दस्तावर, रक्तपित्त, तृषा, दाह और प्रतिश्याय नामरोग को नाशकरे है ॥ ३३ ॥

अथ हंसिनी ॥

निर्नीरं सुरभीक्षीरं संयुक्तं गालितं दधि ॥ ३४ ॥
शर्करैलाढ्यमरिचैः संयुक्ता हंसिनी भवेत् ।

जल रहित सुगन्धित दूधमें कपडे से छानाहुआ दही मिलावे, फिर इसमें खांड और एला सहित मरिच मिलावे, यह हंसिनीहोय है ॥ ३४ ॥

हंसी शिखिरिणी रुच्या शुभ्रावह्नि विकाशिनी ॥ ३५ ॥
सुशीतजननी चैव कफपित्तविनाशिनी ।

हंसी शिखिरिणी—रुचिदायक, शुभ्र (स्वच्छ), अग्निको प्रकाश करने वाली, शीतजनक, और कफ पित्तको नाश करनेवाली कही है ॥ ३५ ॥

अथ राजहंसी ॥

निर्नीरं पाचितं क्षीरं माहिषं तद्भवं दधि ॥ ३६ ॥
शुभ्रशर्करयैलाढ्यं गालितं राजहंसिनी ।

जल रहित पचायेहुए भैंसके दूधके दही में स्वच्छ खांड सहित एला मिलावे और गालित करे, यह राजहंसी कही है ॥ ३६ ॥

राजहंसी सुमधुरा बल्या वृष्यतरा हिमा ॥ ३७ ॥
अत्यर्थं पित्तशमनी किञ्चित्कफकरी स्मृता ।

राजहंसी—बहुत मधुर, बलकारक, वृष्यतरा, शीतल, जियादातर पित्तको शमन करने वाली, और कुछ कफ को करनेवाली कही है ॥ ३७ ॥

अथ शशिरेखा ॥

शर्करा शुभ्रभक्तेन शृतदुग्धयुतेन च ॥ ३८ ॥
पटपूता शिखिरिणी शशिरेखेति कीर्त्तिता ।

वस्त्रसे छानीहुई और शुभ्रभात तथा औटाये दूध सहित शर्करा-(खांड) को शशिरेखा शिखिरिणी कहते हैं ॥ ३८ ॥

शशिरेखा हिमा बल्या रुच्या पुष्टिप्रदा लघुः ॥ ३९ ॥
वातपित्तहरा श्रेष्ठा महादाहविनाशिनी ।

शशिरेखा—शीतल, बलदायक, रुचिकारक, पुष्टिको देनेवाली, हलकी, वात, पित्तको हरण करनेवाली, श्रेष्ठ और महादाह को नाशकरनेवाली कहीहै ॥ ३९ ॥

अथाम्ररसाकृतिः ॥

किञ्चित्कुङ्कुमसम्मिश्रं विमस्तुदधिगालितम् ॥ ४० ॥
सशर्करं भवेत्पीता पक्काम्ररससन्निभा ।

मस्तुरहित गालेहुये दहीमें शर्करा छोड़के थोड़ी केसर छोड़े, यह पके आमके रसके समान पीतवर्ण शिखिरिणी होयहै। आमके रसके सदृश रंगवाली होने से इसका नाम आम्ररसाकृति कहाहै ॥ ४० ॥

पीता शिखिरिणी या सा लघ्वी वर्णवती हिमा ॥ ४१ ॥
सुरुच्या मधुरा बल्या वातपित्तहरा परा ।

यह जो पीतवर्ण शिखिरिणी कही सो-हलकी, वर्णवती-(रंगतको धारण करनेवाली), शीतल, रुचिकरनेवाली, मधुर, बलकर्ता और वात, पित्तको हरनेवाली कही है ॥ ४१ ॥

अथ रसाला ॥

ससितं दधिमध्वाज्यं मरिचैलादिसंस्कृतम् ॥ ४२ ॥
मथितं कान्तकामिन्या कर्पूरपरिवासितम् ।

दही—शहद और घृत सहित शर्करामें मरिच और एलाआदिका संस्कार करे, फिर कामिनी स्त्री अपने हाथोंसे मथे और कर्पूरकी सुगन्धिसे सुगन्धितकरे यह रसाला होयहै ॥ ४२ ॥

रसाला शुक्रला बल्या रोचिनी वातपित्तहा ॥ ४३ ॥
स्निग्धातपप्रतिश्यायं विशेषेण विनाशयेत् ।

रसाला—शुक्रको देनेवाली, बल्य, रोचिनी, वात, पित्त नाशक, स्निग्ध आतप और प्रतिश्याय रोगको विशेषकरके नाश करेहै ॥ ४३ ॥

रसाला शिखरिण्युक्ता मर्जिका मार्जिका बुधैः ॥ ४४ ॥
कथ्यन्ते बहुनामानि गुणास्तस्याहि योगतः ।

पण्डितजन, रसालाको शिखिरिणी, मर्जिका और मार्जिका कहते हैं, ऐसेही इसके और भी कई नाम कहते हैं और उसके गुण पदार्थों के योगसे जाने ॥ ४४ ॥

अथ मोचाफल रसालम् ॥

निर्नीरं मथितं घनेन सहितं सम्भावितं शर्करा-
धूलीभिर्मरिचोद्भवेन रजसा व्यालोडितं किञ्चन ।
जातीचम्पककेतकी सुरभितं मृत्पात्रमध्यस्थितं
जिह्वायां विदधात्युपक्रममिदं मोचाफलैश्चापलम् ॥ ४५ ॥

जल रहित दहीको मथके उसमें घन (मुस्ता)-शर्करा और मरिचका रज छोड़कर मिलावे, और उसको जाती, चम्पा और केतकी के सुगन्धसे सुगन्धित

करे और मृत्तिकाके पात्रमें रक्खे, यह मोचाफल (कदली-केला) के साथ जिह्वा (जीभ) पर रखतेही यह चपलताके उपक्रम को धारण करेहै ॥ ४५॥

रसालं रसवद्बल्यं मधुरं पित्तनाशनम् ॥ ४६ ॥
सुहृद्यं कफकृत्स्तोकं किञ्चिद्विष्टम्भकारकम् ॥ ४७ ॥

रसाल-रसाला-रसवाली, बलदेनेवाली, मधुर, पित्तनाशक, हृदयको हितकारी, कुछ कफकारक और कुछ विष्टम्भकारक है ॥ ४६ । ४७ ॥

अथ खार्बूजेयं रसालम् ॥

मधुरदधिनि मध्ये शर्करां संनियोज्य
शुभविदलितखण्डं प्रक्षिपेत्खार्बुजे च ।
करविलुलितमेणैर्वासितं नाभिगन्धै-
र्जिगमिषु जठराग्निं स्थापयत्येव नूनम् ॥ ४८ ॥

मीठे दही में शर्करा छोड़के अच्छीतरह तोड़ेहुये खण्डको छोड़ै और खर्बूजे के टुकड़ोंको छोडे फिर हाथ से घोल के कस्तूरी मृगके सुगन्धि से सुगन्धित करे । यह बुझीहुई जठराग्निको भी निश्चय करके स्थापन करती है ॥ ४८ ॥

रसालं खार्बुजस्येदं विष्टम्भिरुचिकारकम् ॥ ४९ ॥
हृद्यं च कफदं बल्यं पित्तघ्नं मूत्रकृद्वरम् ।

यह खर्बूजे का रसाल—विष्टम्भी और रुचिकारक कहा है । और हृदयको हितकारी, और कफका देनेवाला, बलकारक, पित्तको नाश करनेवाला, मूत्र कर्ता और श्रेष्ठ कहा है ॥ ४९ ॥

अथाम्ररसालम् ॥

सखण्डं खार्बुजं खण्डं चन्द्रार्द्रकविमण्डितम् ।
पक्काम्ररससंयुक्तमत्याराधितवान्रविम् ॥ ५० ॥
पक्काम्ररसखण्डभ्यां संस्कृतं खार्बुजं दलम् ।
वातपित्तहरं सर्वरसालेषूत्तमोत्तमम् ॥ ५१ ॥

खांड़ के सहित खर्बूजे के टुकड़ों को कपूर और अदरख से मण्डित करे अर्थात् चारोंतरफ लेपकरे फिर आमके साथ पचावे फिर खर्बूजे के टुकड़ों को

पके आमके रस और टुकड़ों से युक्तकरे यह आम्ररसाल होयहै। यह वात-पित्तहर्ता और सम्पूर्ण रसालों में उत्तमोत्तम है ॥ ५० । ५१ ॥

अथ पानकानि ॥

अथापक्काम्रफल पानकम् ॥

आम्रमामं परिस्विन्नं मर्दितं मुष्टिना दृढम् ।
पयसार्द्धयुते तोये शर्करामरिचान्विते ॥ ५२ ॥
अपक्काम्ररसोद्भूतं पानकं वातनाशनम् ।
कफपित्तकरं किञ्चित्प्रत्यहं यदि सेवितम् ॥ ५३ ॥

आमको चारोंतरफ से अङ्गारोंपर सेंकके खांड़, मरिचयुक्त आधे जलसहित दूधमें उस आमको मुट्ठी से खूब मर्दन करे अर्थात् मसल के आमका रस निकाले, यह कच्चे आमके रसका पानक-वात नाशकहै और यदि प्रतिदिन सेवन कियाजाय तो कुछ कफ और पित्तको करता है ॥ ५२ । ५३ ॥

अथ सुपक्काम्रफलपानकम् ॥

सुपक्कमाम्रस्य फलं सुमुष्टिना
सम्मर्दितं शर्करया समन्वितम् ।
एलालवङ्गार्द्रकवासवासितं
वर्णान्वितं कस्य न रोचकप्रदम् ॥ ५४ ॥

अच्छे पके आमके फलको मुट्ठीसे मसल के रस निकाले फिर उसमें खांड़ मिलावे और एला, लवङ्ग, और अदरख की सुगन्ध से सुगन्धित करे, यह आम्रफल पानक होयहै। यह रंगतवाला पके आमके फलका पानक किसको रुचिप्रद नहीं होता अर्थात् सबोंको रुचिको देनेवाला होताहै ॥ ५४ ॥

पानकं त्वाम्रसम्भूतं स्वाद्वम्लं गुरु पित्तजित् ।
सुहृद्यं श्लेष्मकृद्बल्यं वर्ण्यं वृष्यं रुचिप्रदम् ॥ ५५ ॥

आम्रका पानक (पना)-स्वादु, खट्टा, भारी, पित्तको नष्टकर्ता, हृदयको हितकारी, कफकर्ता, बलकर्ता, वर्ण (शरीरकी रंगत) को करनेवाला, वृष्य और रुचिको देनेवाला कहाहै ॥ ५५ ॥

अथाम्लीकफलपानकम् ॥

अम्लिकायाः फलं पक्कं मर्दितं वारिणा दृढम् ।
शर्करामरिचोन्मिश्रं लवङ्गेनाधिवासितम् ॥ ५६ ॥
चाश्चेयं शर्करायुक्तं कर्पूरोदकमर्दितम् ।
फलमार्द्रकसंयुक्तं प्राहसत्पानकान्तरम् ॥ ५७ ॥

पकीहुई इमली को जल में भिगोके हाथों से खूब मलके वस्त्रसे छानके इस में खांड़ और मरिच मिलाके लवङ्ग आदिसे सुगन्धित करे । यह इमली का पानक होयहै अथवा खांड़ सहित कर्पूर के जलमें इमली को मसल के कपड़े से छानके अदरख मिलावे । वह इमलीका पानक (पान) और पानकोंको हँसता है, अर्थात् सबोंसे स्वादिष्ठ होताहै ॥ ५६ । ५७ ॥

आम्लीकफलसम्भूतं पानकं वातनाशनम् ।
कफपित्तकरं किञ्चित्सुरुच्यं वह्निबोधकम् ॥ ५८ ॥

इमलीका पानक—वातनाशक, कुछ कुछ कफ, पित्तकर्ता, रुचिकारी और अग्निको जगानेवालाहै ॥ ५८ ॥

अथ जम्बूफलपानकम् ॥

जम्बूफलं स्थूलतरं सुपक्कं
संमर्दितं शर्करयाम्बुनालम् ।
सुवासितं वल्लिजभृङ्गपत्रै
रुचिं विधत्ते विरुचौ जनानाम् ॥ ५९ ॥

अच्छे पकेहुये बहुत मोटे जम्बूफल (जामून) को लेके खांड़ के जल में मसल के मरिच और भृङ्गपत्र (सूंठके पत्ते) से सुवासित करे, यह जामूनका पना मनुष्यों को अरुचिमें रुचिको करता है ॥ ५९ ॥

जम्बूफलभवं रुच्यं पानकं कफनाशनम् ।
कषायं वातकृत्स्तोकं स्वाद्वम्लं ग्राहिकं वरम् ॥ ६० ॥

जामूनका पना—कफनाशक, कषाय, कुछ वातकर्ता, स्वादु, खट्टा, ग्राहि, और अच्छा है ॥ ६० ॥

अथ बीजपूरपानकम् ॥

मातुलुङ्गरसे योज्यं त्रिगुणा शार्करं जलम् ।
कर्पूरमरिचोन्मिश्रं पानकं स्यादिदं वरम् ॥ ६१ ॥

बिजोरेके रसमें रससे तिगुना खांड़ का जल मिलावे और कपूर, मरिच से युक्तकरे यह अच्छा पना होयहै ॥ ६१ ॥

मातुलुङ्गभवं पानं शूलाजीर्णविनाशनम् ।
श्वासकासारुचौ वातविड्बन्धेषुच पूजितम् ॥ ६२ ॥

यह बिजोरेका पानक—शूल और अजीर्णको नाश करेहै । श्वास और कास में तथा वात और विड्बन्ध में श्रेष्ठहै ॥ ६२ ॥

अथ हेमकिरणपानकम् ॥

शर्करानालिकेरं च बीजपूररसप्लुतम् ।
पटपूतं भवेद्धेमकिरणं नामपानकम् ॥ ६३ ॥

बिजोरेके रसमें शर्करा और नालिकेरकी गिरीके रसको छोड़के वस्त्रसे छान लेवे, यह हेमकिरण नाम पानक होताहै ॥ ६३ ॥

पानकं हेमकिरणं रुच्यं वृष्यं बलप्रदम् ।
सुस्निग्धं वातहृच्छुभ्रं किञ्चित्कफकरं गुरु ॥ ६४ ॥

हेमकिरण नामक पानक—रुचिकारी, वृष्य, बलको देनेवाला, सुस्निग्ध, वातहर्ता, शुभ्र, कुछ कफकर्ता और भारी कहाहै ॥ ६४ ॥

अथ निम्बूफलम् ॥

भागैकं निम्बुजं तोयं षड्भागं शर्करोदकम् ।
लवङ्गमरिचोन्मिश्रं पानकंपानकोत्तमम् ॥ ६५ ॥

नींबू का रस १ भाग और खांड़ का जल (शरबत) ६ भाग तथा लवङ्ग और मरिच इनको पीसकर मिलावे तो यह सब पानकों में उत्तम नींबू का पना होयहै ॥ ६५ ॥

निम्बुफलभवं पानमत्यम्लं वातनाशनम् ।
हृद्यं रुचिकरं भव्यं सर्वाहारस्य पाचकम् ॥ ६६ ॥

निंबुके फलका पना-बहुत खट्टा, वातनाशक, हृदय को हितकारी, रुचिकर, भव्य और संपूर्ण भोजन करे हुये आहार को पाचन करनेवालाहै ॥ ६६ ॥

अथ कारमर्द्यम् ॥

लवङ्गार्द्रकसंयुक्तं सुपिष्टं वारिणा युतम् ।
कारमर्द्यकरैर्मर्द्यं सप्तभागसितान्वितम् ॥ ६७ ॥

कारमर्द्य (करोंदों) को हाथों से खूब मसल के पीसके जलमें मिलावे और करौंदोंके रस से सात ७ गुणी खांड मिलावे और इसमें लवङ्ग और अदरख युक्त करे, यह कारमर्द्य का पना होयहै ॥ ६७ ॥

वातहृद्रुचिदं भव्यं हृद्यमम्लंतरं स्मृतम् ।
रक्तपित्तकरं चोष्णमाकंठ्यं कारमर्दकम् ॥ ६८ ॥

कारमर्दका पानक-वातहर्त्ता, रुचिदाता, भव्य, हृदय को हितकारी, बहुत, खट्टा, रक्तपित्तकर्त्ता गरम और कंठको हितकारी कहाहै ॥ ६८ ॥

अथ नारंगफलपानकम् ॥

सुपक्क नारंगफलं निपीडितम्
संयोजितं शर्करयाति शुभ्रया ।
सहार्द्रकं चेन्दुकणेन वासितम्
महीतले केन न संस्तुतं क्षणम्॥ ६९ ॥

अच्छे पके हुये नारंग के फल (नारंगी) को छोल हाथों से उसका रस निचोड़ के उसमें बहुत स्वच्छ सपेद खांड मिलावे और अदरख तथा कपूर के कणों से सुगन्धित करे, यह नारंगीका पानक होयहै। इस पानकको भूतलमें क्षणभर किसने संस्तुत नहीं किया अर्थात् इसकी सब लोक प्रशंसा करतेहैं ॥६९॥

नारंगफलं सम्भूतं पानकं वातनाशनम् ।
मधुरं विशदं रुच्यं सुस्निग्धं पित्तहृद्दम् ॥ ७० ॥

नारंगी का पानक-वातनाशक, मधुर, विशद, रुचिकारी, सुस्निग्ध, और पित्तहर्त्ता है ॥ ७० ॥

अथ जम्बीरपानकम् ॥

एकैः पाकविशेषसौरभरजं जम्बीरनीरांशको-
ग्रावग्रन्थिकदर्पितक्षितिधरस्रोतोजलांशाष्टकम् ।
सप्तांशैर्मिलिता सिता विलुलितं कर्पूरचूर्णान्वितम्
मेतत्पानकमाधिहृद्रुचिकरं सम्यक् प्रदिष्टं बुधैः ॥ ७१ ॥

पाषाणों से टक्कर खाये हुये पर्वतों के झरने का जल लेके उसमें जल के आठवें हिस्से के बराबर जंबीरका रस और उतनाहीतज, पत्र, इलायची मिलावे और सातवें हिस्से के बराबर मिश्री मिलावे और कर्पूरका चूर्ण मिलावे, यह पंडितों ने आधिहर्ता, रुचिकारी कहाहै । इसको पाक विशेष जंबीर पानक कहते हैं ॥ ७१ ॥

पानं जम्बीरसंभूतं तृष्णाशूलकफापहम् ।
वातघ्नं विशदं प्रोक्तं पित्तकृद्रुचिकारकम् ॥ ७२ ॥

जंबीर (जंभेरी) का पानक-तृषा, और शूलरोग और कफरोग को नष्ट करे है और यह वातहर्ता, विशद, पित्तकर्ता और रुचिकारक कहाहै ॥ ७२ ॥

अथ बदरफलपानकम् ॥

सुस्विन्नंबादरंपक्कं फलंशर्करयान्वितम् ।
जलमिश्रं पटेपूतं चातुर्जातकसंयुतम् ॥ ७३ ॥

सुस्विन्न पके बदर फल (बेर) को मसलके खांडके जलमें मिलाके वस्त्रसे छाने और चातुर्जातक[1] (दालचीनी, तमालपत्र, इलायची, नागकेसर इनका चूर्ण) मिलावे, यह बदर फलका पानक होयहै ॥ ७३ ॥

पानकंबदरोद्भूतं पित्तघ्नंमधुरंसरम् ।
स्निग्धंरुचिकरंभव्यं छर्दिदोषविनाशनम् ॥ ७४ ॥

बदर फलका पानक-पित्तका नाशक, मधुर, दस्तावर, स्निग्ध, रुचिकर, भव्य, और छर्दिके दोषों को नाश करे है ॥ ७४ ॥

---

१ "त्वगेलापत्रकैस्तुल्यैस्त्रिसुगन्धित्रिजातकम् । नागकेशरसंयुक्तंचातुर्जातकमुच्यते" ॥ इति भावप्रकाशे । अर्थ-दालचीनी, इलायची और तेजपात इन तीनों द्रव्यों को त्रिसुगन्धि कहते हैं और त्रिजातक भी कहते हैं । और इस त्रिजातक में नागकेशर मिलाने से चातुर्जातक कहाते हैं ॥

अथ चारोद्भवम् ॥

चारवृक्षफलजंसशर्करंमर्दितं शिशिरवारिणाद्दृढम् ।
एलयार्द्रकयुतेनसुवासं भक्तसिक्यमिलितंकृतहासम् ॥ ७५ ॥

चार वृक्षके फलको खांड़के शीतल जलमें खूब मसले और एला, अदरख मिलाके सुगन्धितकरे और भातकी महीन २ सेव बनाके मिलावे, यह चारोद्भव पानक होयहै ॥ ७५ ॥

चारस्यफलजंपानं गुरुवृष्यंरुचिप्रदम् ।
फलपित्तहरंश्रेष्ठं हृद्यंमधुरपाकिच ॥ ७६ ॥

चारके फलका पानक–भारी, वृष्य और रुचिप्रदहै । और चारका फल–पित्तहर्ता, श्रेष्ठ, हृद्य और पाकमें मधुरहै ॥ ७६ ॥

परुषांजीरकाचुक्र द्राक्षादाडिमजंतथा ।
एकैकंसम्भवंभिन्नं पानकं क्रियतेबुधैः ॥ ७७ ॥
एवमम्लस्यपुष्पस्य फलस्याम्लस्यवातथा ।
शर्करामरिचोन्मिश्रो रसःस्यात्पानकंवरम् ॥ ७८ ॥
एवंहिपानकंकार्यं सुधियासुष्ठुयत्नतः ।
गुणाद्रव्यानुसारेण ज्ञातव्याःपानकेषुच ॥ ७९ ॥

इति पानकानि ॥

परुष (फालसा) जीरा, चुक्रदाख और दाड़िम इनमें से पण्डितलोग एक एकका भिन्न २ (अलग २) पानक करते हैं । ऐसेही खट्टे पुष्प और खट्टे फल का रस खांड़ और मरिचके मिलने से अच्छा पानक होयहै । ऐसेही सम्पूर्ण पानकों को बुद्धिमान् पुरुष बनावे और इनको अपनी बुद्धिके अनुसार द्रव्यमिलाके स्वादिष्टकरे, इनके गुण पानकों में द्रव्यों के अनुसार जाने ॥ ७७ । ७८ । ७९ ॥

यह पानक प्रकरण पूर्णहुआ ॥

अथ तक्रम् ॥

शशिकुन्दसमुज्ज्वलशङ्खनिभम्
युवतीकरनिर्मितनिर्मथितम् ।

धृतसैन्धवहिंगुयुतंमधुरम्

पिबतक्रमहोनृपरोगहरम् ॥ ८० ॥

युवतीकर (सुन्दर स्त्रीके हाथों) से बनाये और मथेहुये और चन्द्रमा तथा कुन्द पुष्पके सदृश उज्ज्वल शंख जैसे श्वेतवर्ण और सेंकेहुये हींग और सैन्धव लवणयुक्त ऐसे रोगको हरनेवाले मधुर "तक्र" को अहोराजन् पानकरो ८० ॥

गव्यदध्नोऽष्टतोयांशैः कृतंतक्रंससैन्धवम् ।

भृष्टजीरयुतंचाथदग्धहिंगुरजोन्वितम् ॥ ८१ ॥

गौके दहीमें आठवां भाग जल मिलाके तक्र बनावे और उसमें सैन्धव लवण, सेंकाहुआ जीरा और सेंकेहुये हींगका रज (धूली) इन सबों को मिलाना चाहिये ॥ ८१ ॥

तक्रंवातहरंरुच्यं शूलाध्मानार्शसांजयेत् ।

अग्निसंजननंश्रेष्ठं कफपित्तनिबर्हणम् ॥ ८२ ॥

तक्र–वात हर्ता, रुचिकारी, शूलरोग, अफरेका रोग और मस्से इन सबोंको नष्टकरे और अग्निको जगावे तथा कफ और पित्तको दूर करे है ॥ ८२ ॥

अथ गौरीतक्रम् ॥

लवणंमरिचंविश्वं जीरंनारङ्गजत्वचा ।

एलाचूर्णान्वितंतक्रं धूपयेद्घृतहिंगुना ॥ ८३ ॥

पार्वत्याविहितंतक्रं सर्वदोषनिवर्हणम् ।

सुरुच्यंपाचनंदिव्यं महेशस्यमहाप्रियम् ॥ ८४ ॥

वातेऽम्लंसैन्धवोपेतं स्वाद्वपित्तेसशर्करम् ॥

पिबत्तक्रंकफेचापि व्योषक्षारसमन्वितम् ॥ ८५ ॥

अमरत्वंयथास्वर्गे देवानाममृताद्भवेत् ।

तक्राद्भूमौतथानृणाममरत्वंहिजायते ॥ ८६ ॥

तस्मात्तक्रंनरैःसेव्यं सर्वदोषनिवर्हणम् ।

क्षयंमूर्च्छाभ्रमंदग्धं रक्तपित्तामयंविना ॥ ८७ ॥

लवण, मरिच, सौंठ, जीरा, नारंगीके केशर, और एलाका चूर्ण इन सबोंसे युक्त तक्रको, घृत और हींगके धूमसे धूपदेवे। यह पार्वतीका कहाहुआ तक्र सम्पूर्ण दोषों को नाश करनेवाला, रुचिकारी, पाचन, दिव्य और शिवजी को बहुत प्याराहै। वादीके रोगमें सैन्धव लवण डालकर खट्टा तक्र पीवे, पित्तरोग में शर्कराके साथ मीठातक्र, और कफरोगमें लवण और व्योष (सौंठ–मरिच पीपल) मिलाके तक्रको पीवे। जैसे स्वर्ग में देवताओं को अमृतके पान से अमरत्व होयहै तैसेही पृथ्वी में मनुष्यों को तक्रसे अमरत्व होताहै। इसकारणक्षय, मूर्च्छा, भ्रम, दाह और रक्त पित्त इन सम्पूर्ण रोगोंको छोड़कर मनुष्योंकोसम्पूर्ण दोषों को नष्ट करनेवाले तक्रका सेवन करना चाहिये ॥ ८३।८४।८५।८६।८७॥

अथ जारी ॥

गतचरवासरतक्रं वस्त्रेणागालितं ससैन्धवक्षोदम् ।
रुचिकरधूमप्रधूपैर्धूपितमरिचेन रोचनंभवति ॥ ८८ ॥

एक दिनके बासी तक्रको वस्त्रसे छानके सैन्धव लवण मिलाके रुचिको करनेवाली उत्तम धूपकी धूआंसे धूपदेवे, यह झारी मरिचके मिलाने से रोचन होताहै ॥ ८८ ॥

अथ अछिका ॥

धान्याम्लमच्छतरयामुनवारिहारि
शुण्ठीरजोलवणजीरकसंस्कृतंयत् ।
आवासितंसुरभिहिङ्गुकणेनयत्ता
त्तेनाशुशुक्षणिकणोधिकतांप्रयाति ॥ ८९ ॥

जिससमय जो धान्य मिलें उनको निस्तुप करके जलके साथ भांडमें भरके खट्टे होने पर्यन्त रक्खे. इसको धान्याम्ल कहते हैं, इसमें शुंठीका रज, लवण और जीरा मिलायके सुगन्धित हींगके कणों से सुगन्धितकरे। इसके पानसे आशुशुक्षणि (अग्नि) के कण अधिकताको प्राप्त होते हैं ॥ ८९ ॥

---

१ "नानाधान्यैर्यथाप्राप्तैस्तुषवर्ज्जैर्जलान्वितैः । मृद्भाण्डपूरितंरक्षेद्यावदम्लत्वमाप्नुयात् ॥ तन्मध्येभृङ्गराजमुण्डीविष्णुकान्तापुनर्नवा ॥ मीनाक्षीचैवसर्पाक्षीसहदेवीशतावरी । त्रिफलागिरिकर्णीचहंसपादीचचित्रकम् । समूलंकृत्वयित्वातुयथालाभंविनिःक्षिपेत् । पूर्वोक्तभांडमध्येतुधान्याम्लकमिदंस्मृतम्। स्वेदनादिषुसर्वत्ररसराजस्ययोजयेत् ॥ इति वैद्यकशब्दसिन्धौ ॥

एलामहौषधविभावितमाणिमन्थ-
संसिद्धमामकरमर्दककाञ्जिकंयत् ।
मोदंविवर्धयतिजाठरवीतिहोत्रम्
निर्वाणदीपमिव गन्धकचूर्णयोगः ॥ ६० ॥

एला, शुण्ठी और माणिमंथ (लवण) इनके संस्कारसे बनायाहुआ पके हुये करमर्दको (करोंदों) का कांजिक जाठराग्निको बढाताहै । जैसे गंधकका चूर्ण निर्वाणदीपको जगाताहो वैसेही यह कांजिक भी अग्निको बढाताहै ६०॥

यःकाञ्जिकंपिबतियोजितसैन्धवश्च
निष्पीडितार्द्रकरसाभृतजीरकश्च ।
तस्याग्निरोदनघृतेनशमं न याति
प्रास्फारितैर्वडववारिधिवारिपूरैः ॥ ६१ ॥

जो सैन्धव लवण और अदरखके रस और सिकेहुये जीरे के साथ कांजिक को पीताहै उस मनुष्यकी जाठराग्नि चावल और घृतके भोजन से शान्त नहीं होता । जैसे समुद्रके जलपूरों से वाडवाग्नि शान्त नहीं होता । अर्थात् इस कांजिकके पानसे अग्नि बहुत बढताहै ॥ ६१ ॥

कांजिकंरुचिदंहृद्यं स्वच्छमग्निकरंपरम् ।
वातहृद्बलदंश्रेष्ठं गुर्वाहारस्यपाचकम् ॥ ६२ ॥

कांजिक - रुचिदाता, हृदयको हितकारी, स्वच्छ, अग्निकर्ता, वातहर्ता, बलदाता, श्रेष्ठ और भारी आहारका पचानेवाला कहाहै ॥ ६२ ॥

अथ गव्य वा सोंधी ॥

उदकरसनिवृत्तं गोमयाग्नौविपक्वम्
नवदलघनसारैर्वासितंसूपकारैः ।
पयमिलितसुखण्डंस्थापितंनव्यपात्रे
ऽमृतरसमययोगो गीयतेवासधिक्या ॥ ६३ ॥

जलरहित गौके दूधको छाणोंकी आगमें पक्करे और कोमल कपूरसे सुगन्धितकरे फिर इसमें दूध और खाड मिलाके नवीन पात्रमें स्थापनकरे, इसको

सूत्रकार अमृतके रसमय योग कहते हैं। और इसका नाम वासधिक्या (वा. सौंधी) है ॥ ९३ ॥

अथ महिषीदुग्धजा ॥

क्षीरंमाहिषसम्भवंघनतरं सम्पाचितंवह्निना
कारीषेणसुवासितं घुसृणकैःसंस्थापितंमृण्मये।
पात्रेनव्यतरेसुधूपविहिते भुञ्जन्तितेमानवा
यैराराधिसितासितोदकरतैर्माघेसदामाधवः ॥ ९४ ॥

महिषी (भैंस) के गाढे दूधको छाणोंकी अग्निसे खूब पचावे और कपूरसे सुगन्धितकरे फिर नये मृत्तिकाके पात्रमें स्थापनकरे और उत्तम धूपका सुगन्ध देवे, यह महिषी दूधकी वासोंधी होयहै। इस वासोंधीका वे पुरुष भोजन करते हैं जिन्होंने माघमास में माधव (विष्णु) को पूजन कियाहो ॥ ९४ ॥

वासाधिकासुमधुरा वृष्यामेदःप्रदागुरुः।
सुस्निग्धाबृंहणीबल्या सुशीतातृप्तिकारिणी ॥ ९५ ॥

वासाधिका (बासोंधी) मधुर, बृष्य, मेददाता, भारी, सुस्निग्ध, बृहणी, बल के देनेवाली, शीतल और तृप्तिको करनेवाली कहीहै ॥ ९५ ॥

अथ करम्भसंभक्ष्याः ॥

सुशीतंक्रियतेभक्तं दध्याद्यंदुग्धकावधि।
नातिद्रवंनातिसान्द्रं मिश्रितंतत्करम्भकम् ॥ ९६ ॥

भात को बहुत ठंढा करके उसमें दही और दूध इतना मिलावे जिससे न बहुत पतला और न बहुत गाढाहोवे, उसको करम्भक कहते हैं ॥ ९६ ॥

करम्भसंज्ञायेभक्ष्या हृद्याःशीतातिपुष्टिदाः।
अत्यर्थंमनुजैःसेव्याः शरत्कालनिदाघयोः ॥ ९७ ॥

करम्भसंज्ञकभक्ष्य—हृद्य, शीतल, बहुत पुष्टिको देनेवाले, कहे हैं। इनका सेवन मनुष्यों को शरदकाल और ग्रीष्मऋतुमें विशेष करना चाहिये ॥ ९७ ॥

अथ भोजनान्तेशुद्धदुग्धम् ॥

गव्यंवामाहिषंक्षीरं कारीषानलपाचितम् ।
शोषितंषड्विभागेन कदुष्णंप्राशितंबुधैः ॥ ९८ ॥
बहुधापटसंपूतं नव्येपात्रेसुपाचितम् ।
सनागरमजादुग्धं सुसिद्धारुणवर्णकम् ॥ ९९ ॥

कारीष (छाणों) की अग्नि में गौका अथवा भैंसका दूधको गरम करे जब उसका छठां भाग शुष्क होजावे तब आंच से उतार ठंढा करके थोड़ा गरम २ सुहाताहुआ पान करे प्रायः दूधको वस्त्र से छान कर नये पात्रमें अच्छी तरह औंटाकर नागर (सोंठ) सहित औंटाये हुये बकरी के दूधको पंडित जन पान करे ॥ ९८ । ९९ ॥

गोमहिष्यादीनांदुग्धलक्षणम् ॥

गव्यंसुशीतलंक्षीरं स्निग्धंगुरुरसायनम् ।
अल्पाभिष्यंदिकृद्रक्त पित्तघ्नंवातनाशनम् ॥ १०० ॥
माहिषंमधुरंस्निग्धं सुशीतंबृंहणंगुरु ।
निद्राकरंमतिहरं स्तोकमग्निप्रबोधकम् ॥ १०१ ॥
आजंलघुतरंक्षीरं कासश्वासनिवर्हणम् ।
दीपनंशोषकंपथ्यं गव्यदुग्धगुणावहम् ॥ १०२ ॥

गौकादूध- शीतल, स्निग्ध, भारी, रसायन, थोड़ा अभिष्यंद कर्ता, रक्तपित्त और वातनाशक कहाहै । माहिष (भैंसका दूध), स्निग्ध, बहुत शीतल, पुष्टि कर्ता, भारी, निद्रा कर्ता, बुद्धि को हरनेवाला और कुछ अग्निको जगानेवाला है । बकरीका दूध, बहुत हलका, कास और श्वास रोगको नाशकरने वाला, दीपन, शोषक, पथ्य और गौके दूधके गुणों वालाहै ॥ १०० । १०१ । १०२ ॥

दुग्धसेवनकालम् ॥

हृष्यंबृंहणमग्निदीपनकरं पूर्वाह्णकालेपयः
मध्याह्नेबलवर्द्धनंकफहरं पित्तापहंदीपनम् ।

बालेवृद्धिकरंक्षयेक्षयहरं वृद्धेषुरेतोवहम्
रात्रौपथ्यमनेकदोषशमनं क्षीरंसदाचाक्षुषम् ॥ १०३ ॥

पूर्वाह्ण काल (दिनके पहले पहर) में पान कियाहुआ दूध, बृंहण वृष्य, और अग्नि को दीपन करनेवालाहै। और मध्याह्न में पियाहुआ दूध, बलको बढानेवाला, कफहर्ता, पित्तहर्ता और दीपनहै। बालको बढानेवाला, क्षयरोग के क्षयकर्ता, वृद्ध पुरुषों के वीर्य को बढानेवाला, तथा रात्रि में पथ्य और अनेक दोषों को शान्त करनेवाला कहाहै। और सदाही नेत्रोंको हितकारी है, इसकारण दूध को सदापीना चाहिये ॥ १०३ ॥

अथ खाण्डवम् ॥

कोलामलकजंचूर्णं शुण्ठ्येलाशर्करान्वितम् ।
मातुलुंगरसेनाक्तं शोषितंसूर्यरश्मिभिः ॥ १०४ ॥
एवंतुबहुशोऽभ्यक्तं शोषितञ्चपुनःपुनः ।
ईषल्लवणसंयुक्तं चूर्णंखाण्डवमुच्यते ॥ १०५ ॥

कोला (पीपल) और आमलक (आमले) के चूर्ण में सोंठ और खांड़ मिलावे फिर बिजोरे के रस में भिगोके आतप में सुखावे, इसप्रकार कईवार बिजोरे के रसकी भावना देवे और वारंवार सुखावे और इसमें थोड़ा लवण मिलावे, इसको खांडव चूर्ण कहते हैं ॥ १०४ । १०५ ॥

खाण्डवंमुखवैशद्य कारकंरुचिधारकम् ।
हृद्रोगशमनंचेति मुखवैरस्यनाशनम् ॥ १०६ ॥

खांडवचूर्ण—मुखकी विशदताको करनेवाला, रुचिको धारण करनेवाला, हृदय के रोगको शमन करनेवाला, और मुखकी विरसताको नाश करनेवालाहै ॥ १०६ ॥

अथ भुक्तोच्छिष्टान्नदानम् ॥

मद्भुक्तोच्छिष्टमन्नन्तु भुञ्जन्तुपितरोऽधमाः ।
तेषामन्नंमयादत्त मक्षय्यमुपतिष्ठतु ॥ १०७ ॥

मेरे भोजन करने से बचाहुआ जो यह उच्छिष्ट अन्न इसको अधम पितर भोजन करो। उनको मेरा दिया हुआ यह अन्न अक्षयता को प्राप्तहो ॥ १०७ ॥

अथाचमनोच्छिष्टोदकदानवाक्यम् ॥

रौरवेपुण्यनिलये पद्मार्बुदनिवासिनाम् ।
प्राणीनामुदकंह्येतदक्षय्यमुपतिष्ठतु ॥ १०८ ॥

पुण्यस्थान रौरव में पद्मार्बुदवासि प्राणियों को यह जल अक्षयता को प्राप्तहो ॥ १०८ ॥

अथाचमनोदकम् ॥

कालेधाराधराणांनिपतदलितरां व्योम्निवारिप्रपूर्णे
स्वच्छेत्वंभोजवृन्दद्युतिमतिसरसित्वानवीनाश्चकुम्भात् ।
पूर्णादानीयचाम्भःप्रतिदिनममलं न्यस्तकर्पूरसारम्
भुंक्ते संसेव्यमानंनृपवरशुचिदं वारिचारोग्यकारि ॥ १०९ ॥

समय पै आकाशको जलसे पूर्णहोतेहुए कमल समूहों के प्रकाशवाले निर्मल तड़ाग में नवीन मेघों की गिरतीहुई पंक्तिको पूर्ण कुम्भसे लेकर कपूर से बसाये अमल जलको प्रतिदिन जो प्राणी पीताहै उसके लिये भलीभांति सेवनकिया हुआ जल श्रेष्ठ राजाओंको पवित्रतादायक होकर आरोग्यकारी होताहै॥१०९॥

अथैषिकाषडिकाकेचित् ॥

दन्तनिष्कोषणंकार्यं रोहीषस्यशलाकया ।
ततोगण्डूषकरण मास्योच्छिष्टविशुद्धये ॥ ११० ॥

रोहीष (व) की शलाका से दांतोंका निष्कोषण करे अर्थात् भोजन के समय दांतों में जो अन्नादि लगा हो उसको शलाका से निकाल कर अलग करे, फिर मुखकी उच्छिष्ट की शुद्धि के अर्थ गंडूष करे अर्थात् जल के कुल्ले करे ॥ ११० ॥

अथ जानुस्पर्शनम् ॥

माकरेणकरंपार्थ मागण्डौमाचचक्षुषी ।
जानुनीस्पर्शराजेन्द्र भर्तव्यावहवोयदि ॥ १११ ॥

हे पार्थ ! यदि बहुत भृत्यों को रखना होतो हाथ से हाथ को और नेत्रोंका स्पर्श मतकरो, और हे राजेन्द्र हाथों से जानुस्पर्श करो ॥ १११ ॥

अथाचमनान्तेकरमर्दनचन्दनम् ॥

कृष्णागुरुप्रभतिकैरतिसौरभैश्च
कर्पूरसाररजसाचमनान्तनुन्नैः ।
आराधितत्रिपुरवैरिपदाम्बुजालाम्
भुक्त्वावसानकरमर्दनचन्दनंस्यात् ॥ ११२ ॥

कृष्णागुरु प्रभृति अत्यन्त सुगन्धवान् कर्पूर की धूलिसे आचमन के अन्तमें शिवजीके चरण कमलों को आराधनकरनेवालेभक्तों का करमर्दन चन्दन होय है ॥ ॥ अर्थात् भोजन के अन्त महादेवजी के भक्त अगुरु आदि से करमर्दन करते हैं ॥ ११२ ॥

अथ भोजनपरिणामार्थश्लोकाः ॥

भोजनान्तेहिसद्भिस्त्वेतद्वाक्यानिवैपठेत् ।
आहारपरिणामार्थ मायुर्वृद्धिकराणिच ॥ ११३ ॥
शर्यातिंचसुकन्यांच च्यवनंशक्रमश्विनौ ।
भोजनान्तेस्मरेद्यस्तु चक्षुस्तस्यनहीयते ॥ ११४ ॥
अगस्त्यंकुम्भकर्णञ्च शनिञ्चवडवानलम् ।
आहारपरिणामार्थं संस्मरेच्चवृकोदरम् ॥ ११५ ॥

विष्णुः समस्तेन्द्रियदेहभाजाम्
प्रधानभूतो भगवान्यथैकः ।
सत्येन तेनान्नमशेषमेत
दारोग्यमन्ते परिणाममेतु ॥ ११६ ॥

भोजनके अन्त में आहार के परिणामार्थ (पाचन के लिये) आयु (उमर) के बढाने वाले यह वाक्य उत्तम ब्राह्मण पढे । जो मनुष्य भोजन के अन्त में शर्याति, सुकन्या, च्यवन, इन्द्र, और अश्विनीकुमार इनका स्मरण करताहै उस के नेत्र कभी नष्ट नहीं होत ॥ अगस्त्य, कुंभकर्ण, शनिदेव, बडवानल, और वृकोदर (भीमसेन) इनका स्मरण आहार के पचने के अर्थ स्मरण करे ॥ ११३ । ११४ । ११५ ॥

संपूर्ण इन्द्रियाँ और देह धारी प्राणियों का एक प्रधानभूत भगवान् विष्णु है, यदि यह सत्यहै तो उस सत्य से यह भोजनकिया हुआ अन्न अन्त में आरोग्यता को प्राप्तहो ११६ ॥

इत्यादि बहुवाक्यानि भोजनान्तेषु यः पठेत् ।
स भवेद्वल्लभोराज्ञो राजा चायुष्यमाप्नुयात् ॥ ११७ ॥

अगस्त्य, कुंभकर्ण इत्यादि बहुत से वाक्यों को भोजनके अन्त में जो पढता है वो राजा का प्याराहोताहै और राजा आयुष्य को पाताहै ॥ ११७ ॥

अथ ताम्बूलम् ॥

ताम्बूलं स्वर्णवर्णं क्रमुकदलयुतं साग्रमूलाग्रहीनम्
कर्पूरैणाण्डजाभ्यां कृतखदिरवटी सौरभेणातिपूर्णम् ।
चूर्णं ग्रावानजातं शशधरकिरणप्रोज्ज्वलं तेन साकम्
दत्त्वा विप्राय पूर्वं तदनु नरपतिर्भक्षयेदाप्तदत्तम् ॥ ११८ ॥

इति भोजनम् ॥

स्वर्ण वर्ण अर्थात् पकाहुआ पीले रंगके पान में क्रमुकदल (सुपारी के टुकड़े) मिलाय पान के अग्र से मूल पर्यन्त बीचकी सींक को निकाल के उस में कपूर और एणाण्डजा (कस्तूरी) को मिलाय और फिर उसमें खदिर (खैर, कत्था)की वटी मिलाय एला लवंग आदि सुगन्धित द्रव्य रखके चन्द्रमाकी किरणों जैसे उज्ज्वल ग्रावानजातसे पाषाण बनाहुआ चूर्ण अर्थात् चूना मिलायके वीड़ाबनावे, फिर पहले यह वीड़ा ब्राह्मण को देके पीछे राजा आपभक्षणकरे। तात्पर्य यह है कि नागरबेल के पके पान में कत्था चूना लगाय सुपारी डाल के तथा केसर कस्तूरी कपूर इलायची आदि सुगन्धित पदार्थ मिलायके वीड़ा बना के उन बीड़ों में से पहले ब्राह्मणोंको देके पीछे आप भक्षणकरे ॥ ११८ ॥

इति भोजनंसमाप्तम् ॥

अथाजीर्णोपशनद्रव्याणि ॥

विरुद्धाध्यशनात्यर्थं पुनर्विण्मूत्रधारणात् ।
असात्म्यभोजनाद्द्वेषात्क्रोधात्स्वप्नविपर्ययात् । ११९ ॥

इत्यादि कारणैर्जन्तोर्यदात्वन्नं न पच्यते ।
तदान्नपरिपाकार्थमेतद्द्रव्यान्तरं भजेत् ॥ १२० ॥
पिष्टान्ने सलिलं प्रियालफलजे पथ्याहितामांसजे ।
क्षीरेगव्यभवे च तक्रमुचितं मोचाफलं सर्पिषि ।
नारङ्गे गुडभक्षणं च कथितं मत्स्योद्भवेकांजिकम्
गोधूमेऽपिचकर्कटी हितनरा शेषाणि बुद्ध्याजयेत् ॥ १२१ ॥

विरुद्धाशन और अध्यशन से विण्मूत्रका समयपर त्याग न करने से असात्म्य भोजन से द्वेष से क्रोध से स्वप्नके विपर्यास से अर्थात् समय पर निद्रा आदि न करने से इत्यादि बहुत से कारणों से प्राणियों का भोजनकियाहुआ अन्न यदि न पचे तो अन्न के परिपाक के अर्थ यह जो आगे कहते हैं उन द्रव्यान्तरों का सेवनकरे । पिष्टान्नमें जल, प्रियालफल में और मांसके विकार में हरीतकी, गोके दूध में तक्र, घृत में कदली. नारङ्ग में गुड़का भक्षण और मत्स्यों के भोजन में कांजिक और गोधूम के भोजनं में कर्कटी का भक्षण हितकारी है। शेष पदार्थों के भोजन करने से जो विकारहो तो उनको अपनी बुद्धिसे जीते ॥ ११९ । १२० । १२१ ॥

वंशोऽयं किमुवर्ण्यते सुविमलोनानागुणैरुन्नतो
यत्रैकेन विभीषणश्च भिषजा नीरोगतामासवान् ।
श्रीरामादपरेण या सुविदिता लब्ध्वा सकोलापुरी
ग्रामाद्वादशएव चान्यविदुषा लब्ध्वाहि दिल्लीश्वरात् १२२॥
पुत्राः क्षेमभिषग्वरस्य षडिमे नानागुणैरुन्नता
गोपालोशिवपालमाधववरौ नारायणस्त्वद्भुतः ।
रामो लक्ष्मण संज्ञकः सुविदिताः संवत्सराणां शतं
जीव्यासुः पृथिवीतलेऽतिसुखिनो नित्योत्सवैरुत्सुकाः १२३॥

जो वंश नानाप्रकार के गुणों से ऊंचाहोरहाहै उसको हम क्या वर्णन करें, जिसवंश में एकही वैद्य ने रावण की राजधानी में विभीषणको नैरोग्यकिया, सुप्रसिद्ध राम से दूसरे ने विख्यात कोलापुरी पाई। और दूसरे पण्डितने दिल्ली-

श्वर से बारह ग्राम पाये । और भिषग्वर क्षेमशर्मा के नित्य उत्सवों में उत्सुक, वहुत सुखी और नाना गुणों से उन्नत ऐसे गोपाल, शिवपाल, माधव और अद्भुत नारायण, राम और लक्ष्मण नामवाले विख्यात छः पुत्र पृथिवीतलपर सौ वर्ष पर्यन्तजीवें ॥ १२२ । १२३ ॥

प्रजाक्षेमकृता क्षेमशर्मणा वंशपद्धतिः ।
स्वकीया स्वयमावर्ण्य वर्णविन्यासशालिना ॥ १२४ ॥

कवितामें चतुर और प्रजा का कल्याण करने वाले ऐसे क्षेमशर्माचार्य ने अपने वंशकी पद्धति (सरणी) अर्थात् वंशावली स्वयं आपने वर्णनकी ॥ १२४॥

परदोषकथास्वनादरा
वहवः सन्त्यवनौ सुसज्जनाः ।
इति चेतसि सन्निधाय यत्
कृतमेवाद्रियतां तदार्यकैः ॥ १२५ ॥

दूसरों की दोषों की कथाको अनादर करनेवाले ऐसे सज्जन पुरुष पृथिवी पर वहुत हैं, ऐसा मनमें जानकर यह जो क्षेमकुतूहल नामक (पाकशास्त्र) बनाया है उसको आर्यगण (सज्जन पुरुष) आदरकरैं ॥ १२५ ॥

नन्दन्तां नीतिभाजः सकलवसुमतीजातयः पान्तु विश्वम्
दुर्वृत्तायान्तु नाशं भवतु वसुमती सस्यसम्पन्नदेशा ।
नीरं यच्छन्तु मेघाः कलयतु सुकविः काव्यकौशल्यलीला
मव्याद्व्याजभाजं परिहरतदुरितं क्षेमशर्माणमीशः ॥१२६ ॥

नीतिभाज (नीतिको वर्ताव करनेवाले) प्रसन्नहोवें, संपूर्ण पृथिवीजाति संसार की रक्षा करो, दुर्वृत्त (दुराचारी) पुरुष नाश को प्राप्तहों, और सस्यों (धान्य आदि) से सम्पन्न हैं देश जिसमें ऐसी पृथिवी हो । मेघ (बादल) जल बरसावें, और उत्तम कविलोग काव्यमें कुशलता की लीला को कल्पना करें । और ईश्वर क्षेम शर्मा के दुरितों को अर्थात् दुष्कर्मों को दूर करो १२६॥

वाणाकाशसुतेनादे वत्सरे विक्रमाङ्किते ।
ऊर्जे शुक्लत्रयोदश्यां ग्रन्थः पूर्णोयमैन्दवे ॥ १२७॥

एक हजार पांच सौ पांच १५०५ के विक्रमादित्य के संवत् में कार्तिक के शुक्लपक्ष की त्रयोदशी १३ चन्द्रवार को यह ग्रन्थ पूर्ण हुआ ॥ १२७ ॥

इति श्रीनरवैद्यमन्मथात्मजक्षेमशर्मविरचितक्षेमकुतूहलोग्रन्थेगोरसपानकादिप्रशंसनोनामद्वादशोत्सवःसमाप्तोऽयंरसवतीपाकनामाग्रन्थः

अज्ञानभावादथवा प्रमादा
द्यत्किं च नूनं कथितं मयात्र ।
तत्सर्वमार्यैः परिशोधनीयम्
प्रायेण मुह्यन्तिहि ये विचक्षणाः ॥

इति श्रीसिद्धान्तवागीशमाधवपुरोहित विर्मितक्षेमकुतूहलनामकपाकशास्त्रमेंगोरसपानकादिप्रशंसननामकबारहवांउत्सवपूर्णहुआयहरसवतीपाकनाम ग्रन्थसमाप्तहुआ ॥

समाप्तश्चायंग्रन्थः श्रीपरमेश्वरः प्रसीदतु ।

श्रीरस्तु ॥

